



UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA



Relatório final de Estágio realizado na Escola Básica e Secundária Anselmo de
Andrade, com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos
Ensinos Básico e Secundário

Orientador: Professor Doutor João Filipe da Silva Figueira Martins

Júri:

Presidente

Doutor Marcos Teixeira de Abreu Soares Onofre

Vogais

Doutor João Filipe da Silva Figueira Martins

Mestre Débora Marise Zeferino Sequeira

Diogo Filipe Pereira Luciano

2018



UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA



Relatório final de Estágio realizado na Escola Básica e Secundária Anselmo de
Andrade, com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos
Ensinos Básico e Secundário

Este relatório foi produzido com base na experiência do Estágio Pedagógico em Educação
Física desenvolvido na Escola Básica e Secundária Anselmo de Andrade, sob a supervisão de
Professor Doutor João Martins e de Licenciada Débora Sequeira, no ano letivo de 2016/2017.

Diogo Filipe Pereira Luciano

2018

Agradecimentos

Embora o conteúdo e o objetivo do relatório, gostaria de estender os meus agradecimentos a toda a minha experiência desde o 1º ano de faculdade.

O meu primeiro agradecimento irá para os meus pais que sempre estiveram presentes na minha vida desde o momento em que nasci até ao presente e embora a vida não tenha proporcionado a sua união durante os meus anos de faculdade ambos sempre me apoiaram incondicionalmente em todos os parâmetros necessários para ter sucesso académico.

A minha colega Inês Velez que me acompanhou desde o meu primeiro ano de faculdade até ao término do mestrado e que sem a sua força e dedicação não teria chegado ao fim com o mesmo sucesso.

O professor João Martins que se destacou em todos os parâmetros como professor de excelência logo no primeiro ano de faculdade e foi a minha principal motivação para seguir este mestrado. Foi então uma sorte e uma grande honra tê-lo como orientador de estágio.

A professora Débora Sequeira que foi para mim o melhor exemplo do que é uma orientação de excelência, onde conseguiu com maior sucesso formar os seus estagiários através de uma constante reflexão sobre as ações sem nunca reprimir a liberdade para errar pois sabia que era a partir destes que era retirado as maiores aprendizagens. Este exemplo transporto comigo no presente e irei continuar no futuro. Obrigado por toda a paciência ao longo deste ano.

O meu colega Marco Alves que esteve presente mais de 20 horas por semana comigo e que em conjunto conseguimos superar todas as nossas dificuldades durante este ano de estágio.

À turma 8ºE da Escola Básica e Secundária Anselmo de Andrade que me aceitaram e me reconheceram como professor. De todas as experiências que já tive com equipas e turmas de formação, esta foi definitivamente a que mais me marcou não só pela minha dedicação empregue nela, mas também pela própria experiência de conhecer individualmente cada um deles e ajudá-los a superar as dificuldades. Obrigado a todos eles por me terem dado uma excelente experiência.

Ao grupo de educação física que me ajudou sempre que tive dificuldades e aos professores que disponibilizaram o seu tempo e turmas para a minha experiência da semana do professor a tempo inteiro.

A toda comunidade da Faculdade de Motricidade Humana que marcaram e influenciaram toda a minha experiência desde o meu primeiro ano de faculdade.

Resumo

O objetivo do presente relatório é realizar uma análise e uma reflexão de toda a experiência do estágio pedagógico em Educação Física, que decorreu na Escola Básica e Secundária Anselmo de Andrade durante o ano letivo de 2016/2017.

O estágio foi vivido através de 4 áreas de formação. Na área de organização e gestão do ensino e aprendizagem onde houve um desempenho positivo progressivo nas subáreas do planeamento, avaliação e condução. Na área de investigação foi encontrada uma problemática presente na literacia física dos jovens alunos. Esta foi estudada e os resultados obtidos permitiram verificar que os objetivos propostos pelo currículo para os alunos do 1º ciclo não estão a conseguir ser cumpridos. Na área de intervenção na escola houve a oportunidade de gerir uma equipa de voleibol juniores femininos de desporto escolar e participar nas atividades organizadas pelo grupo de educação física. Na área de intervenção na comunidade foi possível acompanhar a direção de turma tendo a oportunidade de ajudar esta na preparação de concelhos de turma, justificação de faltas e reuniões com pais dos alunos.

No final é realizada uma reflexão geral sobre todo o estágio pedagógico. Para as dificuldades obtidas durante o meu percurso de estágio na área 1 foram delineadas estratégias de superação das mesmas, a área 2 teve um início e um investimento tardio o que fez condicionar as áreas 3 e 4 na intervenção na comunidade e na escola. Estas reflexões permitem chegar à grande conclusão, esta formação para ser aproveitada no seu máximo potencial tem de ser trabalhada nas 4 áreas como um todo de igual investimento.

Palavras-chave: Educação Física, Supervisão Pedagógica, Planeamento, Condução, Avaliação, Estágio Pedagógico, Professor, Escola, Processo Ensino-Aprendizagem.

Abstract

The purpose of this report is to make an analysis and pondering of all of the experience of the educational internship in Physical Education, that occurred in the Middle/High school Anselmo de Andrade during the school year of 2016/2017.

The Internship was focused in 4 development areas. In the Organization and Management Area of Teaching and Learning there was a positive progressive performance in the planning, evaluation and conduction sub areas. In the Investigation Area there were some issues found between the physical knowledge of the young students. The same was studied and the conclusion arrived allows us to infer that the objectives proposed by the curriculum, for the elementary grade students, is not being followed. In the School Interaction with the Community Area it was possible to follow the classes assigned teacher's, having the opportunity to be in the planning of class councils, attendance management and Parent-Teacher Meetings.

In the end, the overall report of the internship is made. The difficulties obtained during the course of my internship in the first area were expectable. In the second area there was a late investment which, consequentially, conditioned the results in the third and fourth areas, the school and community impact. These results made me realize that, for this internship to be fruitful, it must be worked in these four areas in an equal manner for maximum growth and learning.

Keywords: Physical Education, Training, Pedagogical Training, Teacher, School, Teaching-Learning Process.

Índice

1. Introdução.....	1
2. Contextualização	1
2.1. Agrupamento de escolas	1
2.2. Projeto educativo	1
2.3. Caraterização da escola	3
2.4. Infraestruturas para a prática de educação física	3
2.5. Grupo de educação física	4
2.6. Núcleo de estágio	5
2.7. Turmas.....	6
2.8. Justificação do curso e estágio	9
3. Reflexão crítica da intervenção pedagógica.....	11
3.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino-Aprendizagem.....	11
3.2.1. Planeamento.....	11
3.2.2. Avaliação	19
3.2.3. Condução	21
3.2.4. Semana do professor a tempo inteiro	26
3.3. Área 2 – Inovação e investigação	29
3.4. Área 3 – Participação na escola.....	36
3.4.1. Desporto escolar.....	36
3.4.2. Participação nas atividades do grupo de educação física	40
3.4.3. Intervenção na escola	41
3.5. Área 4 – Relação com a comunidade	43
3.5.1. Direção de Turma	43
4. Reflexão Final	48
5. Referências Bibliográficas	51

Índice de figuras

Figura 1 - Organigrama2

Índice de abreviaturas

Educação Física - EF

Grupo de educação física – GEF

Escola Básica e Secundária Anselmo de Andrade – EBSA

Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade - AEAA

Plano anual de turma - PAT

Programas nacionais de educação física - PNEF

Unidade de ensino - UE

Plano individual de formação - PIF

Expressão e educação físico-motora - EEFM

Habilidades motoras fundamentais - HMF

Ciclo do ensino básico - CEB

Professor titular de turma - PTT

Atividades extracurriculares - AEC

Atividades físico desportivas - AFD

Desporto escolar - DE

Plano anual de atividades - PAA

Necessidades educativas especiais - NEE

Programa educativo individual - PEI

Diretor de turma – DT

1. Introdução

Este estágio decorreu na Escola Básica e Secundária Anselmo de Andrade na cidade de Almada (EBSAA). Esta escola pertence ao Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade onde inclui duas escolas do 1º ciclo de escolaridade. A escola conta para lecionação da disciplina de educação física um espaço exterior, pavilhão e ginásio. O grupo de educação física (GEF) tem sede nesta escola e é composto por 8 professores.

O objetivo deste estágio é experienciar uma vivência de um professor de educação física num ano letivo completo. É proposto que durante este período o estagiário vivencie ao máximo todas as áreas de atuação e que faça uma constante reflexão de todo o processo.

São assim 4 as áreas de atuação. Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, onde se encontram as subáreas de planeamento, condução e avaliação. Inicialmente o estágio começa com a construção do plano anual de turma (PAT) e a realização da avaliação inicial. Após a construção do PAT, foram feitos os respetivos planos de etapa e unidades de ensino. Houve um foco inicialmente na organização e gestão do clima da aula e *à posteriori* no *feedback*. Foi construído uma ferramenta para a avaliação formativa que foi sempre aprimorada ao longo do ano. Na Inovação e Investigação Pedagógica foi identificada uma problemática nas habilidades motoras fundamentais dos alunos da EBSAA. Os alunos do 5ºano e a coordenadora das escolas básicas do 1ºciclo foram questionados sobre a expressão e educação físico-motora (EEFM) e atividade física e desportiva dentro e fora do contexto escolar. Os resultados demonstraram que os objetivos propostos pelo currículo para a EEFM não estão a ser cumpridos. Na Participação na Escola houve a oportunidade de gerir uma equipa de voleibol feminino júnior de desporto escolar. Inicialmente houve pouca aderência aos treinos, mas progressivamente foi aumentando. O GEF organizou vários torneios escolares onde tive a oportunidade de participar na sua organização. Por fim acompanhei uma direção de turma (DT) na área de Relação com a Comunidade. Tive a oportunidade de perceber quais as funções e as responsabilidades presentes nesta.

As principais estratégias para ultrapassar as dificuldades encontradas foram a ajuda dos respetivos orientadores, autoscópias, professores do GEF, estudo autónomo e conferências pós-aula.

Por fim, a estrutura do trabalho será organizada da seguinte maneira: contextualização, análise e reflexão das 4 áreas e reflexão final.

2. Contextualização

2.1. Agrupamento de escolas

O agrupamento de escolas é uma unidade organizacional, dotada de órgãos próprios de administração e gestão, constituída por estabelecimentos de educação pré-escolar e de um ou mais níveis e ciclos de ensino, a partir de um projecto pedagógico comum (Decreto-Lei nº 115-A/98).

O Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade (AEAA) situam-se no concelho de Almada, nas localidades de Pragal e Almada. Localizam-se no núcleo mais densamente urbanizado da cidade e do concelho, próximo dos principais centros de decisão económica e política a nível local. É constituído pela Escola Básica e Secundária Anselmo de Andrade, Escola Básica com Jardim de Infância nº1 do Pragal e Escola Básica com Jardim de Infância Feliciano Oleiro.

Abrangem, na sua área de influência, espaços construídos diversificados e heterogéneos no que se refere à malha urbana, à época de construção, à morfologia dos edifícios e também a nível social e na ocupação funcional. Englobam áreas que se enquadram nos núcleos mais antigos da cidade e, simultaneamente, urbanizações recentes, passando por manchas construídas nas décadas intermédias.

O agrupamento valoriza os protocolos que estabelece com dezenas de instituições, de natureza e intervenção diferentes. É um agrupamento dinâmico, ativo e participativo, onde se desenvolvem projetos inovadores em permanente interação com o meio envolvente, entre os quais é destacado os de natureza ambiental, artística, cívica, desportiva, experimental, de educação para a saúde e intercâmbio escolar, nomeadamente com escolas europeias.

2.2. Projeto educativo

Definição

O projeto educativo é um documento que consagra a orientação educativa do Agrupamento, elaborado e aprovado pelos seus órgãos de administração e gestão para um horizonte de quatro anos, no qual se explicitam os princípios, os valores, as metas e as estratégias, segundo os quais o Agrupamento se propõe cumprir a sua função educativa (Decreto-Lei nº. 137/2012).

Organograma

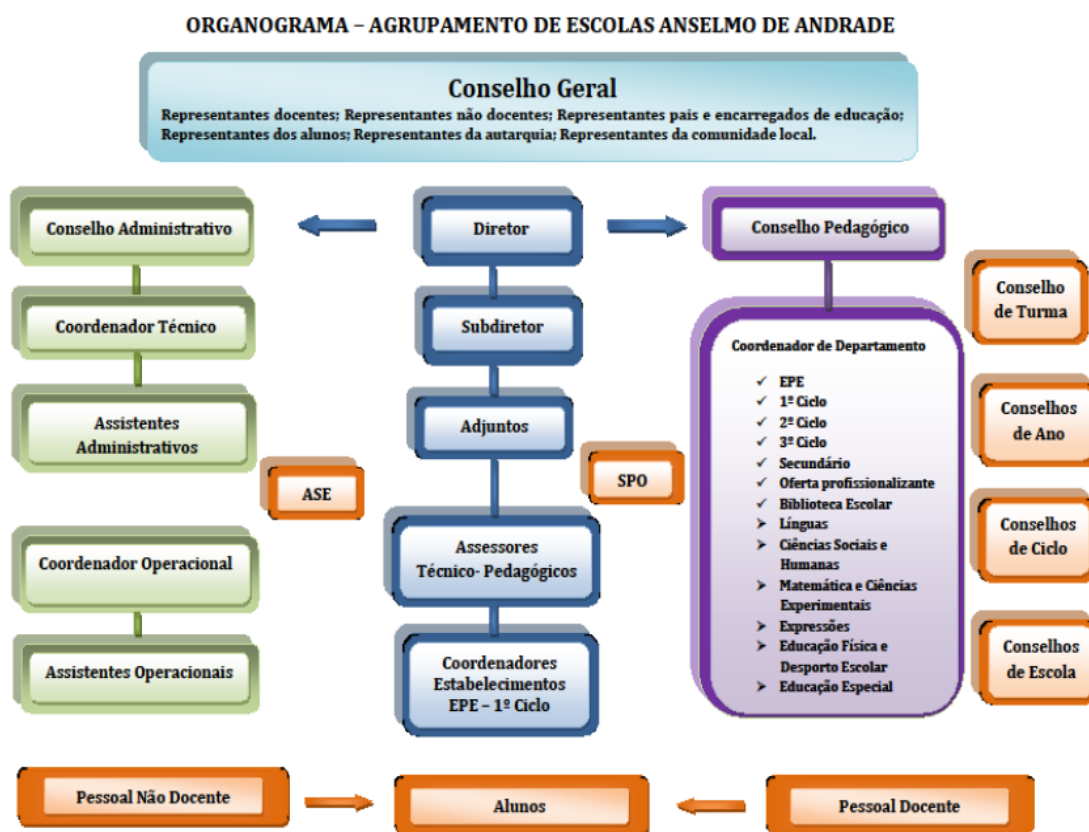


Figura 1 - Organograma

Agrupamento

Com base no projeto educativo constata-se que esta tem como missão pensar global, agir local. A visão é dar o corpo a um conjunto de tarefas necessárias para a construção de uma instituição que permita gerar condições de crescimento integral a todos os jovens que a frequentam bem como oportunidades de desenvolvimento profissional para todos, independentemente da função desempenhada e os valores e princípios que a comunidade educativa do AEAA tem vindo a eleger como prioritários são os da responsabilidade, da cooperação, da autonomia e do empreendedorismo. Responsabilidade, porque se parte da convicção que o aluno deve assumir progressivamente as suas responsabilidades, assumindo os seus atos, mas também procurando recursos e meios para se desenvolver enquanto pessoa; cooperação, pois todos os atores educativos devem procurar interagir entre si, na procura da concretização de projetos pessoais e do agrupamento; autonomia, porque o aluno tem que fazer escolhas, tem que tomar iniciativas, tem que aprender a gerir eficazmente o seu próprio tempo e trabalho; empreendedorismo, porque o aluno deve aprender a integrar as aprendizagens que faz e assim desenvolver e adquirir competências que o

preparem para “criar o futuro”. Tendo em conta estes valores e princípios o projeto educativo tem os seguintes objetivos: promover o sucesso, articular currículos e ciclos de estudo, valorizar o mérito e a excelência; promover um clima favorável ao processo de ensino e de aprendizagem, articulando a ação de todos os agentes educativos; estimular o desenvolvimento de atividades e projetos de âmbito local, nacional e internacional relacionados com diferentes áreas do saber e com a cidadania; promover a aproximação formativa dos pais e encarregados de educação à vida escolar dos seus educandos, de modo a potenciar o sucesso e reduzir a indisciplina e melhorar os circuitos de comunicação interna, de forma facilitar e tornar célere a circulação da informação.

2.3. Caracterização da escola

A escola secundária Anselmo de Andrade tem origens que remontam ao ano de 1955, mas foi fundada em 1971, como necessidade sentida pelo crescimento industrial da cidade de Almada. Inicialmente vocacionada para a formação de pessoal administrativo, com a reforma do ensino secundário ocorrida após a revolução de 25 de abril de 1974, veio a ocupar lugar de destaque na formação da comunidade educativa, através da diversidade de cursos que passou a oferecer. A escola situa-se atualmente numa área recentemente urbanizada, junto do acesso direto à ponte 25 de Abril, recebendo estudantes no ensino básico provenientes dos bairros mais antigos da cidade – Pombal, Bairro – e das novas artérias circundantes das freguesias de Cova da Piedade e Pragal; no ensino secundário a área de residência dos estudantes é bastante mais larga devido às contingências das áreas/cursos opcionais existentes na escola.

Este estabelecimento de ensino tem lotação para 1200 alunos desde o 2º ciclo até ao secundário e está equipado entre sete a nove salas de aulas por cinco blocos. Existem salas específicas como: laboratórios (ciências físico químicas e ciências naturais), educação visual, educação musical, educação tecnológica, olaria/cerâmica e biblioteca. Os centros de recursos são: papelaria, refeitório, bar para alunos, unidade de apoio especializado para a educação de alunos com multideficiência, polivalente, campo de jogos, sala de convívio para os alunos e zonas diversas no exterior para convívio.

2.4. Infraestruturas para a prática de educação física

A escola apresenta três espaços físicos (ginásio, exterior e pavilhão) para a leção das aulas da disciplina de Educação Física. Considera-se que, dos três espaços, o pavilhão é o que apresenta maior polivalência para a execução de qualquer matéria da área das atividades físicas e da aptidão física. O ginásio, dos três espaços, é o mais pequeno (na sua dimensão), no entanto, pode-se em qualquer circunstância,

adaptar este espaço e trabalhar a matéria de badminton, como também, alguns testes do *Fitescola*. Por fim, o espaço exterior, é composto por três campos em que, dois deles, são de asfalto e um de relva sintética. Neste, é possível trabalhar as matérias de andebol, futebol, basquetebol e atletismo sendo possível realizar o teste do vai e vem do *Fitescola*, no entanto, em caso de chuva o pavilhão terá que ser partilhado entre os professores de ambos os espaços. Existe ainda um quarto espaço que poderá ser utilizado pelos professores, que é uma sala dentro do pavilhão onde se poderão abordar conteúdos da área dos conhecimentos. A escola apresenta assim apetrechos suficientes para lecionar todas as matérias propostas pelos programas nacionais de educação física (PNEF).

2.5. Grupo de educação física

Tendo em conta que o AEAA apenas tem uma escola básica do 2º/3º ciclo e secundário a sede do departamento encontra-se nesta. No presente ano de estágio o grupo de educação física é composto por oito professores e dois estagiários da Faculdade de Motricidade Humana.

O grupo de educação física (GEF) tem diversos documentos, como o regulamento interno, protocolo de avaliação inicial, planificações e conteúdos que servem de suporte aos professores para planificarem as suas aulas de maneira a que haja coerência tanto no estabelecimento de objetivos terminais bem como continuidade pedagógica ao longo dos ciclos de escolaridade. Todos os documentos de planeamento têm por base os PNEF e foi uma mais valia para a ajuda na construção do meu plano anual de turma.

O GEF tem presente vários núcleos de desporto escolar que são: badminton, voleibol, basquetebol, futebol, dança e xadrez (este núcleo é lecionado por um professor de matemática). Eu participei no processo ensino-aprendizagem do núcleo de desporto escolar voleibol feminino do escalão júnior.

No início de cada ano letivo o GEF estabelece o plano anual de atividades onde são definidas quais as atividades a desenvolver nesse ano letivo bem como as suas datas. Foram definidas as seguintes atividades para este ano letivo: corta-mato escolar, concelho e distrital e torneios interturmas das modalidades de andebol, *tagrugby*, basquetebol, voleibol e futebol.

O grupo de educação física também estabelece no início de cada ano letivo o roulement a adotar por cada professor. No presente ano foi estabelecido o seguinte: (1) durante a avaliação inicial cada professor está num espaço durante uma semana, sendo

três espaços totalizou-se para esta fase um período de três semanas; (2) o restante período de lecionação foi estabelecido que cada professor está num espaço durante sensivelmente três a quatro semanas. No meu caso o *roulement* foi: ginásio, exterior e pavilhão. Esta rotação equilibrada de espaços permitiu-me lecionar todas as matérias possíveis. A minha maior dificuldade foi a partilha de espaço no caso da ocorrência de chuva. Aqui optava por lecionar as modalidades coletivas em situações de jogo reduzido e no caso de o atletismo trabalhar a técnica sobre a forma de vagas.

Dentro do pavilhão da escola existe uma sala própria só para os professores de educação física, na qual foi uma mais valia para a construção de todos os documentos tratados durante este ano bem como as imensas partilhas de informação e experiências entre os estagiários e os professores.

2.6. Núcleo de estágio

O núcleo de estágio da EBSAA é composto por dois professores estagiários, eu e o Marco Alves da Faculdade de Motricidade Humana e os respetivos orientadores de escola e de faculdade, professora Débora Sequeira e professor João Martins respetivamente.

Os orientadores apenas um deles conhecia anteriormente, neste caso o orientador de faculdade, professor João Martins, na qual tive aulas de análise do processo ensino-aprendizagem. A orientadora de escola, professora Débora Sequeira, conheci-a quando se realizou o primeiro contacto com a escola.

Eu moro no Barreiro e o meu colega em Alcântara, logo tínhamos que nos deslocarmos de carro para a escola e o tempo despendido nesta era similar entre os dois. Eu sempre pratiquei vários desportos e por esta razão tinha maior versatilidade na demonstração e conhecimentos pedagógicos sobre as matérias. O meu colega de estágio era jogador profissional de basquetebol, logo o seu conhecimento sobre o basquetebol era vasto. Ambos trabalhávamos e por esta razão o tempo disponível para o estágio era mais limitado do que o espetável.

O núcleo de estágio tinha sempre duas reuniões semanais, uma após uma das minhas aulas e outra após uma das aulas do meu colega. Estas reuniões foram para o meu estágio momentos muito importantes porque permitiam a nossa reflexão e discussão sobre as aulas que nós dávamos nessa semana. Isto contribuía imenso para a qualidade de todos os documentos, desde as autoscópias aos planos de etapa. As reuniões também permitiam delinear objetivos e calendarização de outras atividades e dinâmicas como as restantes áreas. O orientador de faculdade comparecia nestas

reuniões no mínimo duas vezes por período. Esta presença foi igualmente importante porque dava outra perspetiva ao grupo de como ultrapassar as nossas dificuldades.

A acrescentar é importante referenciar que ambos os orientadores demonstraram sempre disponibilidade para nos ajudar e reunir sempre que fosse necessário, e a dinâmica criada por ambos era sempre com o intuito de nós estagiários chegarmos à solução por reflexão própria. Esta dinâmica é exemplar e de futuro, tentarei sempre trabalhar com os colegas dos meus grupos de trabalho de igual forma.

2.7. Turmas

As turmas que foram selecionadas a serem lecionadas foram o 8ºE e o 8ºD, sendo que esta era lecionada pelo meu colega estagiário. A turma do 8ºE era composta por 26 alunos onde esta é constituída maioritariamente por rapazes não havendo grande discrepância em relação à quantidade.

No início refleti sobre a possibilidade de ser uma vantagem para mim pois tinha a possibilidade de fazer grupos heterogêneos e poderia facilitar as matérias que fosse necessário pares, como por exemplo o caso da dança e a conclusão foi ao encontro da minha perspetiva inicial conseguindo realizar um trabalho diferenciado e de qualidade.

Na turma havia uma aluna com uma retenção, na qual eu tentei averiguar logo de início junto da diretora de turma qual a razão da retenção pois poderia ser uma aluna problemática. Foi difícil trabalhar com esta aluna porque a motivação para participar nas aulas em geral era baixa e na minha disciplina embora tivesse facilidade de aquisição de aprendizagens, mais uma vez a sua motivação comprometia o empenho e dedicação para superar as suas barreiras. A acrescentar, esta aluna faltava também a algumas aulas. Tive que sempre que possível tentar motivá-la para a prática através de *feedback* (FB) avaliativo positivo, integrá-la em grupos onde ela se sentisse socialmente confortável (pois era uma aluna nova na turma) e ao mesmo tempo tivesse bons exemplos de prática e ajustar a complexidade dos exercícios para que as tarefas fossem desafiantes, mas com taxa de sucesso. No final consegui que obtivesse sucesso na disciplina. Estes alunos requerem muita atenção e reforço motivacional desde o início do ano letivo.

Existiam dois alunos com necessidades educativas especiais que apresentavam dificuldades de aprendizagem. Tive a preocupação de referenciar estes alunos logo desde o início do ano e tentar perceber quais as suas maiores dificuldades para conseguir trabalhá-las. Uma das razões que estes alunos tinham estas dificuldades era porque o seu foco de atenção era baixo, isto é, distraíam-se com facilidade e por esta

razão muitas das vezes não percebiam o que era pedido. Uma das estratégias que adotei foi eliminar ao máximo as variáveis que provocavam estas distrações, como por exemplo, as conversas com os colegas do lado, nestas situações eu trocava-os de posição. Também me preocupava em colocar-me junto destes alunos quando dava a instrução para garantir que eles se focavam em mim. Por fim incluía estes em grupos com diferentes alunos daqueles que eles gostavam de conversar e também com bons exemplos de prática. No final do ano consegui ter sucesso na maioria das suas aprendizagens devido à referência e trabalho inicial com estes alunos.

Questionário

Inicialmente realizei um questionário que visava perceber qual era a perspetiva dos alunos em relação à disciplina, atividade física, saúde e escola e os resultados foram os seguintes:

1. Mais de 50% dos alunos não praticava atividade física no lazer. É uma percentagem muito elevada e também sugere que possivelmente iria ter alunos com níveis baixos de desempenho. No final do ano letivo verificou-se que apesar de todos os alunos terem sucesso à disciplina, a média foi ligeiramente abaixo de 4.
2. 50% pratica desporto federado, mas não existia uma modalidade dominante o que poderia ser muito útil para mim pois teria em muitas matérias alunos exemplo para utilizar como agentes de ensino nas demonstrações das tarefas. Verificou-se ao longo do ano esta situação onde por várias vezes recorria aos alunos como agentes de ensino.
3. 21 alunos não praticavam desporto escolar. O meu objetivo inicial era incentivar os alunos a participarem no mesmo, mas, no entanto, não consegui ter sucesso porque o desporto escolar era incompatível com os horários deles.
4. A participação dos alunos em atividades organizadas pelo GEF era baixa e tracei como objetivo inicial motivá-los a participar nas diversas atividades que iram aparecendo. Consegui aumentar o número de participações, no entanto a taxa de participação ainda era baixa comparativamente com o todo. Deveria de ter insistido mais com a turma na participação destas atividades e ao mesmo tempo realizar uma melhor dinamização através de maior preparação prévia para a realização das atividades.
5. Relativamente à alimentação a maioria comia todos os dias o pequeno-almoço em casa, metade comiam em casa e outros na cantina da escola. 50% dos alunos bebiam refrigerantes pelo menos uma vez por semana e há uma baixa

percentagem de ingestão de *fast food* o que é muito positivo pois revela algum cuidado com a alimentação.

6. A resposta sobre o papel da educação física nas suas vidas foi muito diferenciada. A que obteve maior respostas foi “Promover nos alunos estilos de vida ativos e saudáveis” e a que obteve menor respostas foi “Proporcionar momentos de divertimento”. Esta diversidade pode ser justificada pelo fato de os alunos terem a consciência e perceberem que a educação física tem várias finalidades, mesmo que alguns achem que é uma disciplina mais para descontração da pressão diária realizada pelas outras disciplinas.
7. Nenhum aluno respondeu que a educação física não tem importância para o currículo escolar. Apesar da fraca adesão à atividade física todos percebem o seu valor.

Estudo de turma

No final do 1º período apliquei um questionário sociométrico que permitiu averiguar as tendências sociais da turma. Consegui perceber logo de uma análise superficial que a turma de uma maneira geral é bastante unida sem tendências para conflitos internos. Existe um ou outro caso que necessitava de maior atenção pois eram miúdos novos na turma e podiam ser excluídos rapidamente do seio social da turma. Este estudo foi analisado através do programa *sociometrics* e *excel* e os resultados foram apresentados ao conselho de turma para que todos os professores pudessem ver e analisar também e retirarem as conclusões que achassem mais pertinentes para a sua disciplina. Os resultados do estudo foram:

1. É uma turma que gosta mais de trabalhar em grupo do que individualmente. Isto é importante para o meu trabalho com a turma visto que posso beneficiar de maiores tarefas realizadas em grupo e misturando os alunos mais aptos com os menos aptos de forma a beneficiar com a ajuda. Aproveitei estas informações para colocar os alunos a trabalhar por grupos na área dos conhecimentos e assim beneficiar os resultados e aprendizagens obtidas.
2. Dois alunos da turma eram rejeitados ao nível social, escolar e desportivo. Isto permitiu-me ter uma intervenção de integração destes alunos na turma. Consegui alguns resultados através da sua colocação em grupos mistos com alunos mais populares e alunos mediantemente populares.
3. Dois alunos da turma são controversos, isto é, são igualmente adorados e execrados pela turma. Vou integrar estes alunos de igual forma que os alunos menos populares da turma porque estes alunos têm igualmente dificuldades de

aprendizagem e por esta razão necessitam de ajuda dos seus colegas quando estão a trabalhar em grupos.

O acompanhamento da direção de turma foi muito enriquecedor pois experienciei um lado que nem todos os professores têm a oportunidade. Este triângulo tem-se revelado uma mais valia para um melhor processo ensino-aprendizagem.

2.8. Justificação do curso e estágio

A razão pela qual eu optei por este mestrado foi a experiência como aluno, experiência pela lecionação e gosto por este grande mundo que é a atividade física e o desporto.

A experiência como aluno advém de todos os professores que tive de educação física que me fascinavam por serem diferentes tanto na forma pedagógica de ensinar como no clima relacional. Levo para comigo exemplos de excelência todos os professores que tive.

A experiência e gosto pela lecionação é outro fator determinante para a escolha deste curso. Antes de entrar no curso eu já dava aulas tanto nas escolas como em diversos clubes desportivos e sempre senti que era isto que gostava de fazer, mas sempre senti também que me faltavam as ferramentas necessárias para ser um excelente profissional naquilo que fazia, então quis investir neste curso porque eu olhei para o currículo deste e quem o lecionava e não tive dúvidas que esta era a escolha certa para alcançar os meus objetivos.

Por fim a minha experiência desportiva é bastante vasta, pois sempre pratiquei várias modalidades ao mesmo tempo desde a minha infância, logo este seria o único trabalho que alguma vez poderia ter em que teria gosto em fazê-lo.

Quanto ao estágio eu optei por lecionar na EBSAA porque esta se encontrava mais perto da minha casa, neste caso no Barreiro, e como trabalhava era mais conveniente um local de estágio perto de mim. Não conhecia inicialmente esta escola, mas após ter visitado pela primeira vez esta escola senti que esta tinha sido uma boa escolha, pelo menos ao nível de infraestruturas, porque a escola secundária onde lecionei não tinha pavilhão multidesportivo, logo tínhamos de recorrer a outras instituições por fora.

3. Reflexão crítica da intervenção pedagógica

3.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino-Aprendizagem

3.2.1. Planeamento

Definição e documentos

Segundo o Guia de Estágio (2016) o planeamento é uma competência que tem como objetivo desenvolver-se ao longo do ano letivo de acordo com critérios de qualidade da gestão curricular enunciados na literatura científica e pedagógica. Este tem então por base vários momentos e documentos. Os momentos são: (1) 1ª etapa - avaliação inicial; (2) 2ª etapa – introdutória; (3) 3ª etapa – aprendizagem e desenvolvimento; (4) e 4ª etapa – consolidação. E os documentos necessários para um planeamento são: (1) protocolo de avaliação inicial (PAI); (2) plano anual de turma (PAT); (3) planificação – conteúdos curriculares, este documento é fornecido pelo grupo de educação física; (4) plano anual de atividades (PAA); (5) roulement de instalações; (6) e os programas nacionais de educação física (PNEF).

A definição dos momentos na fase inicial do ano letivo é importante para poder situar os objetivos que pretendo trabalhar. Inicialmente tive alguma dificuldade em criar estes objetivos porque não conhecia o ritmo de aprendizagens dos alunos, então construí os planos de etapa segundo uma lógica progressiva de conteúdos, isto é, dos objetivos de níveis mais baixo para objetivos de níveis mais elevados.

O PAI fornecido pelo GEF foi construído com base nos PNEF, no entanto não utilizei a grelha pré-definida porque preferi construir um instrumento que me facilitasse a minha forma de trabalhar. Passei esta grelha para formato Excel e utilizei o meu iPad para registar as avaliações dos alunos. Este Excel tinha formulas que me permitiam determinar *à priori*, com base nos resultados obtidos, qual o nível em que os alunos se encontravam.

A planificação – conteúdos curriculares fornecido também pelo GEF foi importante para ajudar na construção do PAT e na definição de objetivos terminais para os alunos. Uma sugestão de melhoria deste documento seria a atualização de exemplos de exercícios critério. O documento tem presente várias sugestões de exercícios critério para cada matéria e para cada ano de escolaridade e na minha opinião é uma excelente ideia, pois facilita bastante o trabalho dos professores em termos de planeamento de unidades de ensino (UE) e na escolha de exercícios para o momento de avaliação inicial. No entanto, parece-me que esta ideia não está a ser utilizada no seu potencial porque os exemplos de exercícios critérios são demasiado generalistas, como por exemplo, andebol 1x0 e 2x2.

O PAA e o *roulement* foram importantes para a construção do PAT porque a calendarização só podia ser construída com base na rotação de espaços e em alguns momentos do ano, como os torneios de interturmas, era importante ajustar os meus objetivos dando mais foco nas matérias que iria decorrer os respetivos torneios.

Avaliação Inicial

A avaliação inicial (AI) é um processo que permite ao professor orientar e organizar o trabalho da turma e aferir decisões anteriores, recorrendo a alterações se necessário aos objetivos na composição curricular à escala anual ou plurianual. (PNEF, 2001).

A avaliação inicial é a primeira etapa do ano letivo e serve como uma previsão, orientação e organização do processo ensino-aprendizagem porque recolhe informações sobre alunos críticos, o nível de cada um e as suas possibilidades de desenvolvimento nas diferentes áreas de extensão da EF, prioridades de desenvolvimento e que matérias prioritárias a trabalhar durante esse ano (Carvalho, 1994; Ministério da Educação, 2001).

A avaliação inicial foi o meu primeiro grande desafio porque nunca tinha feito uma avaliação de uma turma em contexto real e apenas tinha três semanas para avaliar todas as matérias. Todos os professores têm quatro semanas em cada espaço desde o momento pós avaliação inicial até ao final do ano, e para bater certo o número de semanas entre todos os professores, a AI foi apenas três semanas.

Porque três semanas eram poucas para a AI surgiu-me uma questão, como poderia rentabilizar ao máximo este período curto de avaliação? Este foi então o meu primeiro registo no plano individual de formação (PIF). As primeiras soluções delineadas para curto prazo foi analisar o protocolo de avaliação inicial e fichas de registo e observar as aulas do meu colega e de outros professores. Como já foi referido, por motivos pessoais de organização eu construí fichas de registo no Excel para poder utilizar no iPad, tendo em consideração os documentos fornecidos pelo GEF. A observação das aulas permitiu-me tirar algumas ideias para rentabilizar melhor o tempo, como por exemplo, através de uma situação de jogo conseguimos averiguar em que nível de aprendizagens se encontra um grupo de alunos.

Após as primeiras aulas deparei com uma dificuldade, associar as ações aos alunos. Em reflexão pós-aula e através das autoscopias pensei numa solução para resolver este problema, a criação de grupos previamente formados. Esta estratégia ajudou-me imenso pois no momento de avaliação já sabia que grupos de alunos

estavam presentes naquelas ações. Embora a existência destas estratégias de superação de barreiras não consegui avaliar todos os alunos em algumas matérias como a ginástica e o atletismo. Possivelmente a falta de experiência em deter o erro nestas matérias foi a principal razão.

Uma das minhas preocupações na AI foi definir quais os estilos de ensino utilizar. Visto que o objetivo desta fase é diagnosticar, optei pelos estilos de ensino convergentes comando e tarefa pela responsabilidade máxima das decisões serem do professor. O planeamento prévio de como iria ser a organização das aulas também foi importante para conseguir avaliar ao máximo os alunos nos espaços e nas matérias. Neste caso procurei realizar sempre aulas politemáticas porque permitia-me avaliar múltiplas matérias na mesma sessão. Dependendo do espaço e do tempo de aula, eu organizava estas aulas por circuito e por diferentes momentos de aula, isto é, por exemplo, 20min de basquetebol e voleibol e 20 min de badminton.

Para existir qualidade numa aula de EF a AI é importante porque vai ao encontro de duas metas do (PNEF, 2001): a diferenciação e a inclusão do ensino. É também importante porque através do diagnóstico obtido foi possível realizar um prognóstico e a partir deste traçar os objetivos para o PAT e assim conseguir garantir lógica de progressão tanto de conteúdos como de estratégias pedagógicas para superar as dificuldades dos alunos e estes conseguirem adquirirem o máximo de aprendizagens possíveis.

Plano Anual de Turma

Após a avaliação inicial foi o momento da construção do documento mais importante que definia todo o meu percurso ao longo do ano, o plano anual de turma (PAT). A qualidade do ensino vai depender sobretudo da capacidade do professor de EF construir um projeto pedagógico onde consegue estabelecer as finalidades da EF e os meios necessários para concretizar (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017). A acrescentar ainda o PAT representa uma linha orientadora do trabalho a realizar durante o ano letivo, conferindo uma sequência lógica e coerente do processo ensino-aprendizagem (Rosado, 2003).

Este é o documento que continha as decisões mais importantes e os objetivos a atingir no final do ano. Este foi criado com base nos resultados da avaliação inicial, planificação – conteúdos curriculares e *roulement* de instalações.

Na construção deste documento as minhas dificuldades foram: (1) organizar de forma coerente e progressiva os objetivos de todas as matérias a lecionar durante todo

o ano; (2) associar estes objetivos aos respectivos espaços e calendarização; (3) e a criação de objetivos diferenciados para os diferentes níveis. Tendo em conta o meu plano individual de formação delineei a curto prazo procurar exemplares de planos e suporte bibliográfico para me ajudar a ultrapassar esta dificuldade.

O PAT é um documento grande que contém muita informação e por esta razão demorei mais tempo do que queria para a sua construção e por consequência atrasou a elaboração de documentos como os planos de etapa e unidades de ensino. De futuro tenho de dar prioridade a este documento, investido muito tempo logo do início de forma a não atrasar os restantes documentos. Utilizarei assim o exemplo deste ano para ajudar a economizar o tempo.

Segundo o PNEF (2001), inicialmente o PAT deverá considerar a organização geral do ano letivo em etapas. Estas devem assumir diferentes características, conforme os desenvolvimentos das aprendizagens dos alunos e dos objetivos do professor.

Construção dos planeamentos de etapa e unidades de ensino

As elaborações dos planos de etapa foram menos difíceis porque as grandes decisões, os objetivos a médio, longo prazo e a calendarização, já estavam descritos no PAT. Estes em conjunto com as unidades de ensino são um conjunto de aulas agrupadas com critérios pedagógicos específicos (Rosado, 2003).

1ª Etapa

A minha lógica de elaboração de UE era realizar um balanço no final, o que resultou e o que poderia ser melhorado, e com base neste realizava as seguintes UE. Assim permitia-me que conseguisse melhorar constantemente o meu planeamento. Com base nesta ideia, os exercícios critério sofriam quase sempre alterações a fim de melhorar a qualidade do processo ensino-aprendizagem

Na 1ª UE da 1ª etapa tive de ter em consideração os alunos que não consegui avaliar no período da avaliação inicial. Segundo Araújo (2007) é na UE que se verifica possíveis enganos realizados no diagnóstico e por consequente o prognóstico. Por esta razão era importante completar toda a avaliação para que o prognóstico de todos os alunos fosse o mais preciso possível.

Com base nas informações obtidas da AI fiz alguns ajustes aos grupos iniciais. Estes ajustes tiveram por base o comportamento (clima relacional e dinâmicas durante as tarefas) revelado durante este período de avaliação.

Logo de início tive a preocupação de estabelecer objetivos operacionais ajustados para cada aluno diferenciando assim o ensino. Eu considerei isto importante porque queria que todos os alunos tivessem em constante aprendizagem. No entanto, este processo não foi fácil de reproduzir na prática, porque inicialmente revelei dificuldades na condução do ensino, mais especificamente na gestão organizacional.

Uma das minhas dificuldades iniciais no planeamento das UE era conseguir cumprir com todos os objetivos estabelecidos para aquela aula. Inicialmente existiam exercícios para as aulas que acabavam por não serem cumpridos, como o caso de muitas vezes os exercícios para a melhoria da aptidão física. Uma estratégia que pensei para esta dificuldade foi ir ajustando os tempos das tarefas de forma a conseguir operacionalizar tudo o que tinha planeado. Estes ajustes eram conseguidos através das autoscopias e dos balanços realizados após aula nas reuniões semanais de núcleo que tínhamos.

Num planeamento é importante definirmos que técnicas de ensino é que vamos utilizar na aula para garantir a melhor qualidade de ensino possível. As técnicas de ensino que dei prioridade na 1ª etapa foram a informação inicial, organização, controlo e conclusão da aula.

Na **informação inicial** tinha no meu planeamento fichas de presença e em todas as aulas tinha o cuidado de fazer uma ponte de ligação entre as aulas anteriores e o que se iria ser lecionado nessa aula.

Na **organização** o meu primeiro foco foi criar rotinas. Alguns exemplos de rotina foram: (1) chegar a horas; (2) durante a aula estabeleci que sempre que apitar uma vez param e prestam atenção, quando apito duas vezes trocam de estações; (3) criar grupos de trabalho heterogéneos e manter estes durante toda a unidade de ensino para me conseguir ajudar a economizar tempo (Martins et al., 2017).

Na organização espacial optei sempre por circuito para permitir o maior número de grupos de trabalho e trabalhar diferentes aprendizagens de diferentes matérias. Para alguns exercícios de aquecimento optava pelas vagas, nomeadamente no ginásio por ser mais pequeno e para fazer uma transição com a fase principal da aula principalmente na matéria de ginástica. Para exercícios de trabalho técnico utilizava a forma de organização ou individual ou a pares porque permite detetar com melhor facilidade erros e dar ciclos de *feedback* aos alunos, como por exemplo o passe de peito no basquetebol. As estafetas utilizei muito na matéria de atletismo nomeadamente nas submatérias de corrida pois permitia aumentar o clima motivacional destes através da competição entre si. O jogo era sempre utilizado nas matérias coletivas e no final de

cada aula, porque permitia contextualizar e transferir as aprendizagens em situação de jogo reduzido para o jogo formal.

Inicialmente foi mais difícil porque alguns deles eles não as conheciam e as restantes necessitavam de tempo e insistência da minha parte.

No **controle** a disciplina é das primeiras componentes a ser trabalhada porque esta deve ser feita de forma preventiva (Onofre, 1995), ou seja, regras planeadas e aplicadas como: (1) chegar a horas; (2) respeito pelo material e as suas normas de utilização; (3) sempre que o professor ou um colega fala os outros devem respeitar e ouvir; (4) e sempre que existe algum tipo de problema devem comunicar ao professor.

Na **conclusão da aula** onde será promovida a consolidação e ligação das próximas aprendizagens de aula e transmitida informação sobre as dificuldades detetadas pelo professor (Martins et al., 2017). Assim eu optei por fazer as revisões de conteúdo ao mesmo tempo que os alunos estavam nos alongamentos para rentabilizar o tempo potencial de aprendizagem.

2ª Etapa

A etapa de aprendizagem e desenvolvimento é uma etapa centrada na aquisição de novas aprendizagens no aluno e desenvolver as mesmas de forma a ficarem consolidadas.

Ao longo desta etapa foram encontradas outras dificuldades como:

- (1) Construção de um instrumento de avaliação formativa. A meio da 1ª etapa construí um instrumento de avaliação formativa que demonstrava quais eram os objetivos necessários para atingir um nível e quem é que estava a trabalhar no mesmo. Quando um aluno atingisse todos os objetivos do nível onde se encontrava estaria apto para trabalhar os objetivos do seguinte. Embora a ideia fosse ótima não estava a ter a eficácia que gostava porque sentia e verificava junto dos alunos que a consciência sobre os objetivos não estava presente. Nesta etapa tive a oportunidade de observar um colega de outra escola e retirar ideias para a resolução da minha problemática. A solução passou a ser a utilização de um quadro branco grande que continha os seguintes conteúdos: (1) fases da aula; (2) objetivos; (3) organização espacial de aula; (4) e grupos de trabalho. Após a utilização rotineira deste instrumento senti que os alunos já tinham consciência dos objetivos pretendidos. Este instrumento também facilitou na gestão organizacional de grupos, conseguindo rentabilizar mais o tempo de aula.

- (2) Avaliação sumativa de todos os alunos sobretudo nas aulas politemáticas. As estratégias que utilizei para superar esta dificuldade foram a observação de outras aulas e o registo efetuado na avaliação formativa. Estas estratégias permitiram-me que quando chegasse à avaliação sumativa conseguisse avaliar com maior segurança os níveis de aprendizagens de todos os alunos porque já tinha comigo registos destas obtidos em todas as aulas.
- (3) Criação de grupos nível e grupos heterogéneos. A estratégia que utilizei para superar esta dificuldade foi a utilização dos registos da avaliação sumativa e formativa. Este registo e conhecer melhor os alunos permitiu-me criar os grupos apropriados para os diferentes contextos. Nas aulas em que lecionava por circuito utilizava grupos heterogéneos porque permitia uma maior entreaajuda entre colegas, havendo assim partilha de aprendizagens. Nos momentos de jogo formal e na avaliação sumativa utilizava grupos homogéneos para aproximar ao máximo do contexto real.
- (4) Diferenciação de objetivos das aprendizagens dos alunos. Esta é fundamental para cada aluno estar em tempo potencial de aprendizagem, e, com isto, todos eles estarem incluídos no processo ensino-aprendizagem, tal como expresso nas orientações metodológicas dos PNEF (2001). A estratégia que utilizei para superar esta dificuldade foi a utilização dos registos da avaliação das aprendizagens. Este registo e o conhecer melhor os alunos permitiu-me criar objetivos para cada um dos alunos de acordo com as suas dificuldades.

As técnicas de ensino da etapa anterior mantiveram-se, no entanto à medida em que elas foram ficando com rotinas de sucesso comecei a apostar naquelas que tinha mais dificuldade ou ainda insucesso. Foram estas a instrução, climas emocional e motivacional.

Relativamente à **instrução** planeei de que forma é que iria demonstrar os exercícios e como é que os iria explicar e quais os alunos que iriam demonstrar a tarefa.

Segundo Onofre (1995) o **clima relacional** é constituído em três níveis: relação professor-aluno, aluno-aluno e aluno-matéria. O clima relacional professor-aluno e aluno-aluno já tinham sido bem trabalhada na primeira etapa, mas a relação aluno-matéria ainda tinha de ser trabalhada, principalmente na matéria de ginástica porque ainda existiam momentos em que os alunos transportavam de forma errada os aparelhos e então tinha que voltar a relembrar a importância do o fazerem em segurança.

O **tempo potencial de** aprendizagem (TPA) é quando um aluno numa tarefa específica concretiza 80% do que é proposto (Martins et al., 2017). Os alunos na matéria de ginástica nem sempre estava em TPA quando comparado com outras matérias. A estratégia que eu utilizei para superar esta dificuldade foi criar tarefas desafiantes e adaptar as atividades para todos os alunos independentemente do género, habilidade e limitações físicas (Martins et al., 2017). “Esta é também uma questão de promoção da igualdade, diversidade e inclusão” (NASPE, 2009, citado por Martins et al., 2017). Para além de criar estas tarefas optei pelos estilos de ensino tarefa e recíproco. Inicialmente tarefa para utilizar a instrução como meio inicial de explicar aos alunos o que era pretendido. Depois o recíproco porque com a ajuda de fichas tarefa e formação de grupos heterogéneos com alunos de diferentes níveis promovem a tolerância e desenvolve as relações de cooperação e solidariedade (Gomes, Martin & Carreiro da Costa, 2017).

3ª Etapa

Consolidação das aprendizagens foi uma etapa cuja planificação se baseou nas outras duas e os objetivos foram direcionados para trabalhar todas as matérias na sua forma final o máximo possível. Aqui as minhas dificuldades de planificação foram mínimas, onde as possibilidades de problemáticas foram rapidamente ultrapassadas.

Como referido acima para trabalhar os objetivos das matérias na sua forma final utilizei maioritariamente as seguintes técnicas de organização de ensino: jogo para todas as matérias coletivas porque a natureza destas é o jogo formal e esta é a melhor forma de avaliar se houve sucesso nas aprendizagens tanto ao nível técnico como tático. Circuito para a ginástica porque é possível de trabalhar muitas submatérias na sua forma final ao mesmo tempo, por exemplo, duas estações de ginástica de solo onde os alunos realizam uma série de elementos, outra estação para o minitrampolim e outra para o boque

Conhecimentos

Esta componente foi trabalhada de duas maneiras. Primeiro o conteúdo era falado e trabalhado nas aulas. Segundo, optei por trabalhá-los por sistema de tarefas e por grupos. A ideia de trabalhar a área dos conhecimentos por tarefas seria com o objetivo de diluir as aprendizagens ao longo da etapa e assim os alunos terem menos carga de trabalho e a retenção das mesmas ser mais eficaz. Em grupo o objetivo seria trabalharem todos em cooperação para realizarem a tarefa. Eu fornecia temas, ou terminologias específicas e os alunos através de descoberta guiada obtinham as respostas.

Balanço final

Em suma ao planeamento as minhas dificuldades iniciais foram criar um documento tão exaustivo e pormenorizado no curto espaço de tempo que tinha.

Na construção das etapas a minha maior dificuldade foi diferenciar os objetivos de aprendizagem para todos os alunos e só a partir da 2ª etapa é que este problema foi colmatado.

Um plano a longo prazo e planos a médio e curto prazo são essenciais para existir definição de objetivos e controlo da progressão das aprendizagens e ajustando-as sempre às evoluções de cada aluno. Esta é a única maneira de ter um ensino intencional e diferenciado e por esta razão irei utilizar estas ferramentas sempre que tiver num contexto de trabalho que implique uma gestão de aprendizagens a curto, médio e longo prazo.

3.2.2. Avaliação

Avaliação Formativa e Sumativa

De acordo com Araújo (2015), a avaliação assume dois objetivos: obter registos que permitam fazer um balanço das aprendizagens; e realizar registos que permitam estruturar, planear e regular as aprendizagens.

1ª Etapa

Ao longo da 1ª etapa tive alguma dificuldade em construir o instrumento de avaliação formativa. Para mim esta era uma dificuldade apresentada no meu PIF que necessitava com urgência de ser ultrapassada porque a avaliação formativa tem como objetivo a melhoria da aprendizagem e, de uma forma articulada, a melhoria do ensino (Araújo, 2015). Atualmente, estes termos (avaliação formativa e avaliação sumativa) são usados para descrever os diferentes propósitos com que se usa a avaliação (Araújo, 2015).

Em conversa com os meus orientadores surgiram algumas ideias relativas a este problema. Criei assim um documento com os objetivos explícitos para cada matéria de cada unidade de ensino. Inicialmente colocava os alunos nos respetivos níveis e em seguida apresentava aos alunos. Os alunos no final de cada aula poderiam realizar a sua autoavaliação, podendo ou não alterando efetivamente a sua posição em relação ao nível da respetiva matéria. Com este instrumento conseguia: (1) ter uma ideia clara do que os alunos pensam de si; (2) permite dar aos alunos uma ideia de evolução ao

longo do tempo; (3) e permite envolver os alunos nas suas aprendizagens promovendo compromisso e superação.

No final desta etapa os prognósticos realizados aos alunos não iam ao encontro dos resultados na avaliação sumativa. Isto deve-se ao facto de o diagnóstico realizado na avaliação inicial não ter sido totalmente correto. Esta incorreta avaliação condicionou todo o processo de ensino-aprendizagem porque eu estava a trabalhar com os alunos objetivos desajustados às suas aprendizagens. Quando percebi que esta avaliação estava incorreta, reajuste os objetivos no meu planeamento para todos os alunos que precisavam.

A atribuição final das classificações dos alunos foi um “peso” enorme para mim principalmente porque tive de atribuir 4 níveis negativos. A minha orientadora de escola acompanhou de perto desde o início e não deixou de dar no final o suporte necessário para confirmar estas classificações.

Tive a oportunidade de acompanhar a diretora de turma na atribuição de notas e de todo o processo da avaliação sumativa dos alunos. Pude ter uma ideia da prestação dos alunos nas outras disciplinas e fazer uma comparação com a minha disciplina e averiguar se poderia retirar algo de útil. Uma das coisas que retirei foram as apreciações globais e individuais das diferentes disciplinas. Existem muitas características comuns à minha disciplina nomeadamente as características sociais e pessoais de cada um, por exemplo, um aluno na turma que é conversador verifiquei que na apreciação global esta característica é comum a outras disciplinas o que me faz refletir e pensar numa abordagem diferente com este aluno.

2ª Etapa

Uma dificuldade presente no PIF e que decidi ultrapassar nesta etapa foi o registo das aprendizagens durante as aulas. Aqui a minha maior dificuldade é conciliar o registo em si com os momentos de ajuda e *feedback*, ou seja, condução de aula. Para superar esta dificuldade utilizei diferentes estratégias: (1) no planeamento criei fichas de avaliação onde os nomes dos alunos estavam organizados conforme os grupos de trabalho das diferentes matérias. Assim quando passava por um grupo já sabia onde se encontravam os alunos e realizava o registo de uma forma mais direta; (2) na condução de aula eu passava entre os grupos de trabalho e realizava pelo menos um registo de um dos alunos do grupo. Para esta estratégia correr da melhor maneira tinha de verificar atempadamente o meu planeamento e para saber quais os alunos que necessitavam de uma atenção prioritária, nestes casos estão os alunos com insucesso nas aprendizagens e depois aqueles em vias de transitar de nível; (3) e as autoscópias

ajudaram imenso a recordar-me das aprendizagens de alguns alunos e assim preencher a ficha de avaliação formativa com uma nota de verificação na próxima aula.

No final da 2ª etapa, quando comparei os resultados com a 1ª etapa e com o prognóstico retirado da AI retirei as seguintes conclusões: (1) houve aquisição e melhoria das aprendizagens em todos os alunos nas matérias que lecionei durante esta etapa. Isto dizia-me que estava a existir sucesso tanto no planeamento como na condução, no entanto nunca deixei de trabalhar para continuar a aumentar este sucesso; (2) alguns alunos atingiram o prognóstico inicial o que possivelmente na próxima etapa iriam ultrapassar. Isto significava que ou a minha avaliação inicial resultou num prognóstico desviante ou o ritmo de aprendizagem destes é elevada. Tive de ajustar os objetivos destes alunos na próxima UE; (3) alguns alunos ultrapassaram o prognóstico inicial. Sobre esta conclusão reflito que a grande possibilidade de isto ter acontecido foi o facto de ter sido realizado um mau diagnóstico a estes alunos, ou seja, ter subvalorizado as suas aprendizagens; (4) alguns alunos ainda não tinham atingido o prognóstico inicial. São alunos que na 3ª etapa tiveram especial atenção, principalmente aqueles que tinham insucesso em muitas aprendizagens.

3ª Etapa

Sendo a 3ª etapa a de consolidação, aqui a minha preocupação foi rever toda a avaliação formativa e sumativa das etapas anteriores e comparar com o prognóstico feito na avaliação inicial. Os alunos que ainda não tinham atingido sucesso na disciplina eram a minha principal preocupação. Para estes conseguirem ter sucesso têm de atingir os objetivos de ciclo porque estes constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos (PNEF, 2001).

O registo das aprendizagens dos alunos nesta etapa foi relativamente mais fácil porque esta era mais curta e então os alunos não tinham tanto tempo para adquirir tantas aprendizagens como tinham nas outras duas etapas.

Presentemente nos locais onde trabalho a avaliação é a minha principal ferramenta de trabalho pois independentemente da função, a avaliação assume dois propósitos bem definidos: recolher informações que permitam fazer um balanço das aprendizagens conseguidas, e/ou recolher evidências que permitam estruturar, planear e regular as aprendizagens futuras (Araújo, 2015).

3.2.3. Condução

1ª Etapa

A planificação e a condução são as subáreas que mais dificuldade tive em gerir na 1ª etapa. Um dos meus objetivos pessoais era conseguir que todos os alunos estivessem em tempo potencial de aprendizagem. Mesmo tendo este objetivo, existiram dificuldades em concretizar o que planeava.

A minha primeira dificuldade foi que todos os alunos num grupo heterogéneo estivessem em aprendizagem no mesmo exercício. Esta dificuldade deveu-se ao facto de na fase inicial de cada unidade de ensino despendeu muito tempo na realização correta da tarefa proposta. A minha atenção nesta fase foi averiguar se os alunos estavam a realizar tudo como tinha planeado, mas em algumas situações não tinha a oportunidade de diferenciar o ensino porque quando um grupo de alunos realizava o exercício de forma pretendida trocavam de estação e na aula seguinte, mesmo que os exercícios fossem iguais, os alunos não realizavam os exercícios como idealizava e no tempo proposto no planeamento.

O que é necessário para que os alunos aprendam?, a atividade realizada pelos alunos (e.g. os alunos estão a aprender o que era esperado?) e a sua própria atividade enquanto professor (e.g. tarefas apresentadas estão adequadas aos alunos e são coerentes com os objetivos que se pretende alcançar?) (Gomes et al., 2017). Estas questões fizeram-me refletir e ponderar se as tarefas que tinha planeado inicialmente seriam demasiado complexas ou se a minha instrução precisava de ser melhorada. A minha estratégia foi crescendo o nível de complexidade dos exercícios e ao mesmo tempo melhorando a minha prestação ao nível da instrução através: (1) autoscopias; (2) reuniões pós aula com os orientadores e colega de estágio; (3) literatura científica; (4) e planeamento das instruções nas UE.

Observação e controlo da atividade dos alunos

A observação dos alunos e a minha ocupação do espaço no decorrer da aula na fase inicial era bastante centralizada nos grupos e no indivíduo e não tanto na turma em geral. Isto permitia-me controlar os grupos, mas em contrapartida perdia o controlo geral da turma. Nesta fase o feedback maioritariamente utilizado foi o avaliativo e prescritivo com formas mistas, direções individuais e grupo e valor sempre positivo, ou seja, a minha preocupação era muito mais orientada para a realização correta da tarefa e menos para a aprendizagem propriamente dita. Não era o ideal, mas pensei que fosse normal dada a fase inicial em que estou a conhecer os alunos e os seus ritmos de aprendizagem. A minha estratégia pensada para superar esta dificuldade seria na etapa seguinte trabalhar muito mais o feedback descritivo e interrogativo e para conseguir chegar a todos os alunos rodar muito mais vezes pelo espaço de aula.

Feedback

Segundo (Carreiro da Costa et al., 1996) o *feedback* pedagógico é uma variável fundamental porque a investigação demonstra que existe melhorias de uma prestação motora quando há *feedback* e *vice-versa*.

A turma que tive a oportunidade de lecionar não revelava ter casos graves de indisciplina ou que demonstrasse muitos momentos de comportamento fora da tarefa ou indesejados. Mesmo a pontualidade e assiduidade não eram graves quando comparado com turmas em que existe uma taxa muito elevada destas duas componentes. E quando isto acontecia tinha estratégias identificadas no meu planeamento, como o caso do início de aula ser sempre com um jogo pré-desportivo e quem chegasse a horas tinha a oportunidade de o jogar e quem chegasse atrasado dava um feedback sobre a ação, mas formulada sempre pela positiva.

Clima Relacional

O clima relacional entre professor-aluno foi muito positivo com a grande maioria dos alunos. Consegui isto através de muita compreensão, feedbacks avaliativos positivos nas tarefas e coerência na imposição das regras definidas. Os balanços realizados após aula das minhas e das do meu colega ajudaram bastante através da reflexão conjunta entre nós e os nossos orientadores para conseguir alcançar novas soluções para os nossos problemas. As observações das outras aulas e autoscopias também tiveram um papel importante e decisivo nas tomadas de decisão após a própria reflexão dos acontecimentos.

2ª Etapa

As dificuldades presentes na etapa anterior e que fui trabalhando ao longo da 2ª etapa e que estão presentes no PIF foram:

- (1) diferenciação do ensino. Ao longo desta etapa fui implementando várias estratégias de diferenciação de ensino até conseguir encontrar as mais corretas. Inicialmente tentei criar tarefas que conseguissem trabalhar os objetivos de todos os alunos, mas na etapa anterior tinha-se revelado muito difícil de compreensão para os alunos porque esta era demasiado complexa, nomeadamente para os que tinham mais dificuldades. Depois criei exercícios gerais e especifiquei os objetivos de cada um, mas revelou ser também de difícil compreensão pois esta estratégia continha muita informação. A meio da etapa encontrei uma solução melhor.

Nos jogos desportivos coletivos utilizava grupos heterogéneos e durante a tarefa ia dando novos desafios aos alunos, por exemplo, basquetebol, jogo 3x3, aluno (A) só pode realizar lançamento da passada. Esta estratégia permitiu-me ajustar de forma constante os objetivos aos alunos mantendo-os assim em tempo potencial de aprendizagem.

Nas matérias individuais tracei objetivos operacionais para cada aluno e expus no quadro branco (já referido no planeamento e avaliação). Esta estratégia permitiu aos alunos envolverem-se mais no processo ensino-aprendizagem;

- (2) dificuldade sentida nos Feedbacks. Inicialmente os meus feedbacks eram direcionados aos grupos e eram maioritariamente do tipo avaliativo e prescritivo. A estratégia que pensei utilizar foi em cada grupo de trabalho começar a direcionar o feedback para os indivíduos em ação nas respetivas tarefas, ou seja, utilizar mais os feedbacks descritivos onde o professor descreve a prestação motora efetuada pelo aluno ou o erro a corrigir (Martins et al., 2017). O resultado desta estratégia permitiu-me focar e direcionar a atenção para a execução propriamente dita da tarefa e corrigir os erros dos alunos em questão.
- (3) não conseguir chegar a todos os alunos em todas as aulas. São muitos alunos e por vezes a atenção dada a cada um deles é elevada acabando assim por não dar atenção a outros. Para resolver este problema comecei a registar os alunos que ajudava nessa aula e na aula a seguir tentava dar mais atenção aos alunos que não tiveram a oportunidade. Do ponto de vista de uma unidade de ensino resulta pelo que no final as correções e os feedbacks chegam a todos os alunos.
- (4) aulas em partilha de espaço. Infelizmente na 2ª etapa tive de partilhar o pavilhão com outro professor durante toda a UE que lecionava no exterior. Com 26 alunos torna-se muito difícil conseguir concretizar o meu planeamento com um espaço reduzido.

Então durante esta fase tive que constantemente adaptar o meu planeamento para uma partilha de espaço e não consegui concretizar todos objetivos para essa unidade de ensino.

A estratégia que pensei para esta situação foi pensar nas matérias que tinha para lecionar e que tipo de abordagens e aprendizagens poderia realizar com o espaço que tinha.

O resultado foi incidir sobretudo na técnica (no caso do atletismo) e realizar jogos pré-desportivos como bola ao capitão e situações de jogo reduzido (no caso dos jogos desportivos coletivos).

Dadas as condições a que me confrontava era muito difícil de não existir momentos em que houvesse filas de espera. O que eu tentei foi sempre reduzir ao máximo tanto a quantidade de vezes que isto pudesse acontecer, bem como o tempo em que os alunos estavam nesta situação;

3ª Etapa

Na 3ª etapa o meu principal objetivo era conseguir lecionar com menores dificuldades possíveis. Em relação às técnicas de ensino a que mais precisava de ser trabalhada seria o *feedback*. Embora nas outras etapas tenha utilizado o *feedback* interrogativo, nesta quis aprimorar a sua utilização porque é o que mais promove o desenvolvimento da autonomia do aluno, colocando-o numa de posição de procura ativa pela solução. É pouco utilizada pelos professores de EF (5% dos *feedbacks*) (Piéron, 1999 citado por Martins et al., 2017). Também quis aumentar a frequência do *feedback* porque para que todos os alunos possam beneficiar de um número de *feedbacks* favorável às aprendizagens, professor deve emitir cerca de 4 *feedbacks* por minuto numa aula (Piéron, 1999 citado por Martins et al., 2017).

Nesta etapa tive a oportunidade de explorar mais os estilos de ensino divergentes, nomeadamente para as matérias coletivas apelando mais à criação, à investigação e à descoberta de novas soluções (dissonância cognitiva). Eu já tinha tentado este tipo de estilo de ensino nas etapas anteriores, mas sem grande sucesso, pois verifiquei que para os alunos conseguirem tomar decisões segundo o contexto estes precisavam de ter em memória um vasto leque de experiências da matéria em questão. Tentei em alguns momentos fazer grupos homogêneos para comprovar esta suspeita e a verdade é que os alunos que têm um bom domínio tanto técnico como tático são capazes de melhores tomadas de decisão.

Aptidão Física

A aptidão física tinha como objetivos: (1) desenvolvimento físico dos alunos, nomeadamente força muscular, resistência cardiorrespiratória e flexibilidade; (2) educar os alunos e criar hábitos saudáveis através da prática regular de condição física; e (3) trabalhar os alunos para atingirem a zona saudável.

A concretização dos objetivos da aptidão física foram uma das minhas maiores dificuldades durante todo o meu estágio porque nem sempre consegui cumprir os objetivos que tinha planeado para a aptidão física.

Na 1ª etapa tentei sempre trabalhar esta componente no final das aulas, mas nem sempre consegui porque a minha gestão organizacional não era perfeita e não conseguia cumprir com os tempos de aula planeados.

Na 2ª etapa planeei realizar em todas as aulas o programa *HIIT (High Intensity Interval Training)*. Este programa consiste na execução de um exercício durante um período curto na mais alta intensidade seguida de um intervalo curto de descanso, geralmente este programa assume a forma de 20s de prática para 10s de pausa. Neste caso utilizei o programa de uma forma reduzida, isto é, menos tempo total final (para não causar um impacto negativo sobre os alunos visto ser um programa com uma característica muito intensiva). Esta revelou não ser muito eficaz porque o utilizava muito tempo na organização dos alunos e estes no momento seguinte da aula muitas das vezes ficavam tão cansados que o rendimento baixava levando algumas vezes a comportamentos fora da tarefa.

A estratégia que pensei para contornar este problema na 3ª etapa foi em vários momentos da aula os alunos pararem por completo a atividade que estão a realizar e durante 2' (2x45'' em atividade mais 30'' de pausa) realizar aptidão física. O resultado desta estratégia foi melhor do que a anterior porque não é necessária nenhuma organização especial para a execução desta tarefa e o tempo em prática é mais reduzido e é distribuído ao longo da aula o que faz com que o impacto sobre os alunos seja menos exaustivo psicologicamente e fisicamente.

Esta estratégia permitiu-me também diferenciar os próprios objetivos de cada aluno conforme os resultados adquiridos na avaliação de condição física fornecido pelo programa *Fitescolas*.

Balanço

A condução do ensino é um conjunto de momentos que ocorrem ao mesmo tempo e se o professor não tiver em si um conjunto de estratégias previamente planeadas com base em avaliações periódicas uma aula que aparentemente está num bom ritmo de aprendizagens pode tornar-se rapidamente num campo de comportamentos desviantes nada propício ao desenvolvimento e crescimento do aluno e por esta razão é que irei transportar sempre comigo esta experiência de estágio para que o meu ensino seja da melhor qualidade possível.

3.2.4. Semana do professor a tempo inteiro

Esta semana foi uma experiência única pois foi possível lecionar um horário completo de um professor durante uma semana.

Com esta experiência consegui retirar as seguintes conclusões e reflexões:

- (1) maturidade cognitiva e complexidade das tarefas. Consegui observar que quanto maior for a idade cronológica mais fácil é para os alunos executarem tarefas mais complexas. No entanto esta relação não é igual para todos os alunos pois encontrei alguns destes do 5º ano que conseguiam perceber rapidamente a tarefa e conseguiam realizar exercícios mais complexos, como também encontrei alguns no 12º ano que tinham bastantes dificuldades em realizar tarefas menos complexas.

Mas de uma maneira geral os alunos do secundário refletem de uma forma mais consciente sobre os objetivos das tarefas do que os alunos dos ciclos mais baixos;

- (2) motivação para a prática. Encontrei uma relação também entre a idade cronológica e a motivação para a prática de atividade física. Os alunos mais jovens tendem a gostar mais de praticar atividade física do que os mais velhos principalmente os do género feminino. Mais uma vez esta é uma observação generalista o que significa que existem sempre algumas exceções;
- (3) lacunas nas habilidades motoras fundamentais. Alunos do secundário e do 3ºciclo apresentam lacunas nestas habilidades o que os impossibilita de atingirem os objetivos propostos pelos PNEF. Estas lacunas foram importantes para justificar a nossa problemática na área de investigação;
- (4) a semana do professor a tempo inteiro é uma semana muito exaustiva que requer uma disponibilidade emocional muito grande. Efetivamente deve ser muito difícil para quem já dá aulas há muitos anos com uma carga horária desta dimensão ter o mesmo tipo de disponibilidade psicológica e disponibilidade para os alunos como tinha no início da sua carreira.

As maiores conclusões retiradas desta semana é que é imprescindível gostar-se desta profissão para existir sempre dedicação e como um professor tem ao seu cargo muitas turmas um bom planeamento é obrigatório para a melhor qualidade de ensino possível.

3.3. Área 2 – Inovação e investigação

Segundo Alarcão (2001) a atividade docente deve ter uma natureza investigativa inclusiva no exercício da profissão. A área de investigação tem assim como objetivo que o núcleo de estágio encontre na comunidade escolar uma problemática, realize um estudo sobre esta, apresente os respetivos resultados e no final realize uma proposta de intervenção para favorecer o desenvolvimento de competências de inovação profissional ao longo da nossa carreira (Guia de estágio, 2016). Irei então realizar uma contextualização e reflexão de todo o processo de investigação.

Problemática

Esta foi a área onde o núcleo de estágio revelou ter mais dificuldades. A nossa preocupação inicial foi identificar um problema presente na escola e perceber que soluções poderíamos encontrar para beneficiar a mesma, nomeadamente o GEF.

Em conversa com os diferentes professores do GEF e ao saber que não existia articulação vertical no que concerne à EF entre as várias escolas do 1º ciclo do ensino básico (CEB) e a Anselmo de Andrade surgiu uma questão, que experiências e que perceção têm os alunos do 1º ciclo face à disciplina de educação física.

A turma que lecionei era possível de verificar algumas lacunas na literacia física, nomeadamente na matéria de ginástica onde podemos constatar quais são os alunos que melhor percebem e controlam os movimentos do próprio corpo para superar ou antecipar as tarefas propostas com inteligência e imaginação (Onofre, 2018).

Sendo que na turma do meu colega se verificava o mesmo tínhamos que recuar nos ciclos e perceber onde começava este problema e em conversa com professora responsável pelos 5º anos de escolaridade ela pôde comprovar que efetivamente os alunos chegam a este ano com grandes dificuldades de aprendizagem.

Quais seriam então as perceções dos alunos sobre a EF e as suas experiências de AF ao longo 1º CEB dentro e fora do contexto escolar? O núcleo concordou com esta problemática, mas surgiu outra questão, como haveríamos de averiguar se os programas estavam a ser aplicados?

A primeira sugestão foi realizar um questionário aos alunos do 5º ano sobre as suas experiências no 1º ciclo. Esta ideia surgiu pelo facto de estes alunos acabarem de sair do 1º ciclo e ainda se lembram das suas experiências.

Construção dos instrumentos

Na primeira etapa elaboramos assim um questionário que teve as seguintes fases de construção: (1) levantamento dos temas/áreas; (2) construção do questionário propriamente dito; (3) enviar para os orientadores; (4) aplicação experimental dos questionários a um grupo de controlo; (5) aplicação em massa do questionário.

A construção deste questionário demorou mais tempo do que o núcleo gostava e por consequência a aplicação dos mesmos só foram feitas no final da 2ª etapa e no início da 3ª etapa.

A entrevista foi elaborada durante a 2ª etapa e teve as mesmas fases de construção com exceção ao ponto 4. Infelizmente como o questionário demoramos muito tempo na construção e quando quisemos aplicar no final do 2º período a disponibilidade dos coordenadores era reduzida acabando assim por aplicar estas no início do 3º período.

Revisão de literatura

Durante os primeiros anos de vida, ocorrem as aquisições no domínio do comportamento, pois é nesta fase que acontecem as transformações mais significativas, e que irão condicionar as futuras habilidades específicas do comportamento. É ainda durante os primeiros seis anos que os padrões motores fundamentais surgem na criança e se aperfeiçoam de acordo com o desenvolvimento, ao nível dos equilíbrios, locomoção, perícias e manipulações (Neto, 1995).

Atualmente encontramos nos alunos do ensino básico diversas lacunas ao nível das habilidades motoras fundamentais (HMF). Quando se dá a oportunidade de escolha aos professores de não lecionarem a expressão e educação físico-motora (EEFM), a consequência normal é os alunos terminarem o 1º ciclo com insucesso a (EEFM). Este insucesso reflete-se no 2º e 3º ciclo (Morgan & Hansen, 2007). Tanto no contexto internacional (Martins, Marques, Sarmento e Carreiro da Costa, 2015) como nacional (Martins, Marques, Rodrigues, Sarmento, Onofre e Carreiro da Costa, 2016), as experiências motoras vividas pelos alunos fora e dentro da escola são consideradas pelos próprios como importantes para a adoção de estilos de vida ativos. Dito isto podemos averiguar que os alunos chegam ao 2º ciclo escolar com dificuldades ao nível das perícias e manipulações e dos deslocamentos e equilíbrios o que torna difícil para estes conseguirem cumprir com os objetivos propostos pelos PNEF. Estes problemas agravam-se quando há uma tentativa de corrigir estes ao invés de respeitar o programa e encontram-se vários os casos onde estão no 3º ciclo a trabalhar os objetivos do 2º ciclo. Este é todo um processo com um efeito que se tende de agravar até ao final do Secundário. Uma das causas responsável por estas dificuldades é as horas disponíveis

para a lecionação da (EEFM) no 1º CEB. Em decreto apenas estão disponíveis 3h (180min) para todas as expressões (Dec.Lei n. 176/2014). O que acontece em algumas escolas é que os professores gerem este tempo de forma parcial por todas as expressões deixando assim a EEFM com apenas 45 a 90 min de aula por semana. Este tempo dedicado para trabalhar a literacia motora dos jovens é insuficiente, principalmente com as turmas extensas e heterogêneas que muitas vezes os professores têm nas suas mãos. Para além da literacia física este tempo não é o suficiente para cumprir com os 60 minutos diários de atividade física de intensidade média a alta recomendada pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2010).

Os professores titulares de turma (PTT) necessitam de ter mais formação para desenvolver e construir conhecimento (Onofre, 2003) sobre a EEFM e assim conseguir lecionar esta com melhor qualidade e mais sucesso. Uma estratégia proposta é uma reunião e uma aula periódica entre o PTT e um professor especialista (de preferência do agrupamento) para que o PTT consiga testemunhar um exemplo de aula, adquirindo novas estratégias, métodos e conhecimento específico e à posteriori reproduzi-la, e o professor de educação física conhecer os possíveis futuros alunos.

No agrupamento Anselmo de Andrade esta articulação vertical não existe e as lacunas presentes nos alunos nas HMF são bastantes o que leva a maior dificuldade no cumprimento dos PNEF para o 2º ciclo do ensino básico (CEB).

No agrupamento Anselmo de Andrade as duas escolas são muito distintas ao nível das infraestruturas. A escola Feliciano Oleiro tem condições propícias à prática de atividade física, tendo um campo de jogos e um ginásio. A escola do Pragal não tem ginásio e o exterior não tem as melhores condições. Nos dias de chuva os alunos vão para o pavilhão da SIRUP.

É importante uma intervenção ativa na literacia física das crianças, pois existem momentos sensíveis de aprendizagem e se estes são ignorados podemos comprometer seriamente o sucesso destas nas aprendizagens futuras. Também é importante criar hábitos saudáveis e estilos de vida ativos desde cedo para que cresçam a gostar de praticar atividade física e assim conseguirmos intervir tanto na obesidade como na inatividade física que é o quarto fato de risco de mortalidade em todo o mundo. (WHO, 2010).

Métodos

Os participantes deste estudo foram: (1) 92 alunos do 5ºano na qual realizaram um questionário; (2) a professora responsável por este ano de escolaridade e a professora adjunta da diretora para o 1º CEB na qual realizaram uma entrevista.

No questionário realizou-se uma estatística descritiva e na entrevista foi feita uma análise de conteúdo.

Resultados do estudo

Os principais resultados referente às entrevistas foram: (1) não existe articulação vertical; (2) não existem projetos sobre a promoção da saúde (incidido sobre a AF) referentes ao 1ª ciclo; (3) não há referências da EEFM no projeto educativo da escola; (4) as provas de aferição são importantes porque revelam as lacunas que necessitam de serem trabalhadas; (5) dificuldades ao nível das capacidades manipulativas e de locomoção; (6) maior facilidade nos jogos desportivos coletivos, atletismo, dança e ginástica; (7) importante haver mais tempo de educação física; (8) e as maiores dificuldades apresentadas pelos alunos na prova de aferição foram o rolamento à frente, equilíbrio no banco sueco e saltar à corda.

Os principais resultados referente ao questionário foram: (1) metade dos alunos disseram que tiveram aulas de EEFM no 1º ciclo; (2) quem lecionava a EEFM eram os PTT; (3) os alunos percecionam ter tido uma a duas aulas por semana; (4) a maioria dos alunos gostava de EF no 1º ciclo e este gosto mantém-se; (5) a maioria dos alunos quer mais tempo de EF; (6) A maioria dos alunos tinha e participava atividades extracurriculares; (7) os rapazes praticam mais atividade física fora do contexto escolar; (8) a maioria dos alunos considerava-se muito ativo ou ativo nos recreios.

Conclusões

Os alunos necessitam de mais tempo e qualidade de prática para puderem superar as suas lacunas e quanto mais cedo for esta intervenção e nos períodos sensíveis melhor. Para isto acontecer é necessário que haja um reajuste na distribuição de carga horária dos alunos.

Os professores titulares de turma também necessitam de adquirir mais competências na sua formação a fim de conseguirem trabalhar com a mesma qualidade nas expressões como trabalham nas restantes áreas. Para isto deverá existir uma articulação vertical do currículo (que deverá ser realizado em conjunto pelo GEF e pelos

PTT) e depois uma coadjuvação entre os PTT e os professores de EF com o objetivo de melhorarem a qualidade do processo ensino-aprendizagem dos alunos.

Por fim a criação de maiores oportunidades de prática de atividade física nos alunos é importante para que seja possível de chegar a todos eles hábitos saudáveis e estilos de vida ativo.

Balanço

Esta foi a área onde o núcleo de estágio teve maiores dificuldades. Inicialmente tivemos dificuldade em encontrar uma problemática pertinente tanto de ser estudada como benéfica para a escola. Com a ajuda dos orientadores e dos professores presentes na escola conseguimos encontrar algumas possibilidades de problemática, onde no fim escolhemos a do presente estudo. De futuro penso que ajudará a encontrar problemáticas se vivenciar mais o contexto escolar, isto é, conhecer e conviver com todos os elementos presentes nesta, desde os funcionários aos professores e direção.

Após a seleção da temática o núcleo de estágio teve dificuldades em encontrar suporte bibliográfico, principalmente estudos portugueses. Procuramos junto dos nossos orientadores, de outros relatórios e estudos de investigação e conseguimos encontrar algumas referências úteis ao nosso estudo, mas mesmo assim este é um dos pontos na qual o nosso estudo carece mais. Possivelmente o núcleo necessitava de ter melhorado a qualidade da pesquisa, escolhendo por exemplo outras palavras-chave e talvez tentar mais referências junto de professores que estejam ligados a este tema.

A aplicação dos questionários foi tardia devido ao tempo da sua construção. A construção deste questionário foi demorada pela dificuldade na sua validação. Tivemos de pedir ajuda aos nossos orientadores para encontrar outros estudos que tivessem questionários que servissem o propósito de recolher as informações que necessitávamos.

Após a aplicação do questionário ao grupo de controlo o núcleo de estágio verificou que existiam perguntas que os alunos não entendiam. Alteramos e eliminámos algumas questões e por fim aplicamos o questionário aos alunos, mas com a presença e controlo do professor para garantir a maior fiabilidade possível.

A apresentação também careceu de divulgação porque esta foi boa do ponto de vista de apresentação de dados e de soluções, mas poderiam ter estado presentes mais pessoas para maior impacto do estudo, como por exemplo alguns professores titulares de turma ou os representantes de cada escola, alguns membros da associação de pais e mais membros da direção da escola.

Uma dificuldade encontrada desde o início foi a criação de um plano de ação para a problemática encontrada. Só conseguimos encontrar múltiplas soluções no final do estudo, quando já tínhamos os resultados quer do questionário quer da entrevista e realizámos uma discussão sobre estes. A melhor solução que o núcleo encontrou como plano de ação era aproveitar a intervenção na escola e na comunidade para dinamizar atividades junto dos alunos do 1º ciclo e divulgar os nossos resultados junto de todos (pais, professores, alunos e direção). Infelizmente não nos foi possível concretizar este plano porque a realização da apresentação do estudo já foi tardia e para criar uma atividade com esta dinâmica é necessário ser aprovada pelo conselho pedagógico e para esta aprovação é necessário tempo de antecedência.

A investigação é um processo enriquecedor tanto ao professor que a realiza como à comunidade que a envolve. Esta experiência para mim foi muito importante porque percebi as dificuldades por detrás de uma investigação e os benefícios que esta trás para a minha formação pessoal. Neste caso darei mais importância ao ensino nas crianças das escolas do 1º ciclo porque tudo o que ensinamos ou não nestas idades vai ter um impacto muito forte no seu futuro. Numa experiência de investigação futura também irei trabalhar nesta desde logo de início por saber que vai ser exigente no final se eu não realizar uma boa preparação de tudo o que seja necessário para o sucesso desta.

3.4. Área 3 – Participação na escola

A participação na escola tem como objetivo o estagiário experienciar diversas atividades fora do contexto da turma de estágio. São estas o desporto escolar, atividades promovidas pelo GEF e intervenção na escola.

Relativamente ao desporto escolar irei realizar uma contextualização e em seguida uma reflexão do meu processo como professor de um núcleo de desporto escolar.

3.4.1. Desporto escolar

O Desporto Escolar (DE) é caracterizado pelo conjunto de práticas lúdico-desportivas e de formação com objeto desportivo, desenvolvidas como complemento curricular e de ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escolha, integradas no plano de atividade da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo (Artigo 5.º - “Definição”, Secção II – “Desporto Escolar”, do Decreto-Lei n.º 95/91, de 26 de fevereiro). O desporto escolar é uma oferta educativa que permite aos alunos poderem experienciar uma modalidade que gostam de uma forma mais competitiva e dedicada exclusivamente à própria. Existem vários núcleos de desporto escolar presentes na escola básica e secundária Anselmo de Andrade: voleibol, futebol, basquetebol, badminton, dança e xadrez. O núcleo que optei foi o voleibol feminino do escalão júnior.

Inicialmente foi-nos dado a escolher um dos núcleos de desporto escolar presente na escola. Eu escolhi o voleibol feminino por nunca ter dado treinos de voleibol, mas sempre fui praticante de desporto escolar de voleibol o que me interessava bastante saber qual é a sensação de estar no papel de professor. Também este núcleo é de alunos com uma faixa etária mais velha, logo tenho contacto com contextos ainda mais diferentes.

Objetivos gerais

Os objetivos gerais que tinha estipulado para este letivo foram: (1) cumprir com a missão do Desporto Escolar, (2) proporcionar prática desportiva regular e de qualidade, contribuindo para a promoção do sucesso escolar dos alunos, dos estilos de vida saudáveis, de valores e princípios associados a uma cidadania ativa (programa do Desporto Escolar 2013-2017); (3) promover valores morais como a responsabilidades, espírito de equipa, disciplina, perseverança, respeito e dedicação; (4) e proporcionar o aumento das capacidades dos alunos na matéria de voleibol promovendo a melhoria dos resultados escolares a educação física.

Objetivos específicos para o professor

Os meus objetivos foram: (1) promover a divulgação do núcleo e aumentar o número de participantes do mesmo. Em conjunto com a professora ajudei a criar cartazes de divulgação da modalidade e aos atletas que já estavam inscritos e presentes insisti sempre para trazer alguém com eles para experimentarem um treino; (2) realizar o planeamento anual/periodização do treino da equipa. Desde o início que tive a preocupação de criar este documento para conseguir atingir os meus objetivos a longo prazo; (3) planear e conduzir as sessões de treino previstas. Com exceção aos primeiros, assumi sempre todos os treinos da época; (4) criei uma ficha de presença para quando chegasse a altura dos torneios me servisse de critério para o tempo de jogo de cada atleta e atualizar a base de dados, isto é, ter sempre os dados mais básicos dos novos atletas; (5) e acompanhar e preparar os alunos para as competições. Estive sempre presente em todos as competições deles e realizava sempre uma avaliação e uma reflexão de como tinha corrido para poder trabalhar as lacunas dos atletas.

Objetivos específicos para os alunos

Os objetivos específicos que determinei para os alunos foram: (1) desenvolver as competências técnicas dos alunos do núcleo na matéria de voleibol. Em baixo descreverei mais especificamente as estratégias que utilizei; (2) desenvolver as capacidades físicas, cognitivas e sócio afetivas. Tinha em consideração no meu planeamento todo este trabalho, havendo dias específicos em que utilizava exercícios específicos que permitiam o trabalho mais físico dos atletas. A meio da época comecei a ensinar termos e movimentações específicas da modalidade e o porquê. Tentei sempre em todas as aulas que não se formassem grupos iguais para promover uma maior relação aluno-aluno na equipa; (3) e promover a autonomia dos alunos. Atribui tarefas que estes pudessem realizar, tais como a montagem e desmontagem do material e, com supervisão, liderarem aquecimento e situações de jogo.

Estratégias

Apesar da minha experiência como atleta e aluno sinto que deva investir no meu conhecimento teórico para melhorar as minhas competências principalmente nas estratégias e didática na matéria de voleibol para que o meu ensino seja da melhor qualidade possível e que os meus alunos aprendam o máximo possível durante este período letivo. Assim, a fim de desenvolver estas capacidades e de forma a concretizar os objetivos acima enunciados, apresento algumas estratégias de formação que utilizei durante o este ano letivo: (1) sempre que possível, juntei-me com a professora e discuti a organização das sessões, as estratégias a utilizar e de que modo iríamos trabalhar os

diferentes objetivos para os alunos; (2) solicitei a ajuda de professores mais experientes, principalmente o meu professor de voleibol de faculdade, de forma a desenvolver as competências de intervenção pedagógicas e de didática do voleibol, aumentando o meu conhecimento pedagógico do conteúdo; (3) realizei estudo autónomo sobre os conteúdos e didática do voleibol (por exemplo estratégias para ultrapassar dificuldades na manchete); (4) dadas as dificuldades e limitações presentes na técnica das alunas criei mais sessões de treino (dentro da disponibilidade horária) de forma a possibilitar mais tempo de prática.

De forma a que o ensino seja intencional o planeamento foi feito sob forma de macro e meso ciclo para que os objetivos terminais e específicos fossem definidos logo desde o início. Como não conhecia os alunos que inicialmente apareceram no treino tive de realizar uma avaliação inicial para determinar quais são as dificuldades dos mesmos e assim conseguir contar com um planeamento mais preciso, mas flexível ao ponto de adaptar possíveis chegadas de mais alunos a meio da época.

Como o desporto escolar está inserido num contexto educativo e inclusivo tive de ter em consideração as diferenciações necessárias para que todos os alunos trabalhassem nas suas dificuldades e limitações a fim de chegar a um objetivo comum que seria a ocorrência de um jogo fluido com três toques sempre que possível.

As avaliações inicial e formativa estiveram sempre presentes no meu planeamento. No entanto a avaliação inicial foi realizada em vários momentos ao longo do ano à medida que iam chegando alunos novos ao núcleo. Ambas as avaliações foram importantes para verificar as aprendizagens dos alunos e ajustar os objetivos e as tarefas ao seu progresso.

Balanço

Desde o início que me disponibilizei a ajudar no planeamento e a coadjuvar com a professora nos treinos de voleibol, mas sempre me deixou à vontade para em vários momentos liderar o treino, o que me deixou muito motivado. Tivemos pouca aderência por parte dos alunos nas primeiras semanas de treino, chegando a ter mesmo treino com quatro a cinco alunos no total (masculinos e femininos).

Após o dia da escola, onde os alunos da escola tiveram a oportunidade de experimentar o núcleo e após a professora ter novamente uma conversa com os outros professores que tinham alunos do escalão correspondente para insistirem na divulgação do núcleo, passou a aparecer muito mais alunos aos treinos. Foi bom porque no final já se conseguiu diferenciar o núcleo entre os masculinos e femininos.

Quando passou a haver alunas suficientes no treino comecei a planear o treino deste núcleo. Este planeamento é completamente diferente do PAT pois os objetivos terminais são diferentes. Aqui os alunos experienciam um pouco do espírito competitivo e já existe alguma “seleção”. Esta “seleção” tem de ser sempre ponderada porque nunca se pode esquecer que o desporto escolar está inserido num âmbito inclusivo e motivador para a prática desportiva.

No final da 1ª etapa já tinha bastantes alunas inscritas, no entanto a assiduidade continuou a ser um problema porque tornava-se difícil planear treinos quando não sei quantas alunas irão aparecer. Tive de recorrer às técnicas de ensino da relação professor-aluno de forma a aumentar a motivação destes a virem aos treinos, então tentei perceber que alunas tinha à minha frente (Martins et al., 2017)., como por exemplo, em que curso estavam, o que queriam seguir depois do secundário e o que gostavam de fazer nos tempos livres.

Na 2ª etapa encontrei um grande desafio, na primeira concentração deparei-me com uma discrepância de qualidade entre as equipas das outras escolas e a nossa e identifiquei algumas limitações ao nível técnico.

O desafio desta etapa seria então conseguir ultrapassar essas limitações e se possível chegar a um nível de jogo mais elevado com os alunos. A estratégia que optei utilizar foi acrescentar mais dois treinos por semana e planear todos os meus treinos com maior incidência sobre as limitações técnicas e menor incidência sobre o conhecimento do jogo. Esta estratégia só foi possível porque apenas leciono uma turma e não sei se num contexto de horário completo iria ter a mesma disponibilidade.

Com o passar do tempo estas limitações foram diminuindo e comecei a incidir mais o tempo de treino nas movimentações táticas e conhecimento de jogo. O resultado desta estratégia foi notório quando foram verificadas as melhorias na concentração seguinte. Ao obterem melhores resultados os alunos motivaram-se mais, comparecendo assim nos treinos com mais regularidade e procurando cada vez mais melhorar as suas aprendizagens.

No entanto, na 3ª etapa verificou-se novamente uma regressão pois as minhas alunas começaram a faltar imenso aos treinos por causa dos testes e dos exames nacionais e como já não havia alunos a comparecer no horário adicional que tinha previamente criado e o núcleo de estágio estava com atraso e dificuldade na área 2 acabei com esses horários adicionais. Houve, no entanto, mais um torneio de encerramento e a adesão foi excelente pois vieram todas. Mas como naquele longo período faltaram imenso não houve possibilidades de se realizar uma prestação tão boa

como no segundo torneio, no entanto afirmo com toda a certeza que foi melhor que o primeiro torneio.

O desporto escolar para mim foi uma excelente experiência tanto pelo teor mais competitivo, diferente da lecionação da educação física, como para os laços que foram criados com os atletas.

3.4.2. Participação nas atividades do grupo de educação física

Relativamente às atividades organizadas pelo grupo de educação física, tive a oportunidade de participar em todas elas. Foram estas, os torneios interturmas de futebol, basquetebol, voleibol e andebol e o corta-mato escolar.

Estas atividades foram uma boa experiência pois consegui perceber a complexidade e o trabalho necessários para organizar e executar este todo o tipo de tarefas.

Os torneios interturmas eram sempre realizados em dois turnos, um de manhã e um de tarde. Então os professores (incluído o núcleo) eram distribuídos para que todos conseguissem contribuir e assim não existir sobrecarga de horários. Dentro destes turnos cada professor tinha uma responsabilidade. Eu tive a oportunidade de arbitrar jogos, fazer mesa de pontuação e gerir a rotação e troca de equipas. A maior dificuldade foi possivelmente a arbitrar porque requer muita atenção e experiência, mas gostei muito desta experiência porque não tive muitas oportunidades de fazer este papel antes do estágio.

A organização do corta-mato já foi diferente. Na escola tivemos de preparar todo o terreno com fitas para orientar o percurso que os alunos iriam efetuar. Os professores estavam colocados em várias posições da escola para distribuir fitas que serviam de prova em que os alunos já tinham concretizado um “x” número de voltas.

No corta-mato concelhio acompanhei apenas os alunos e não tive oportunidade de participar na organização em si. Numa próxima ocorrência gostaria de poder participar neste porque acredito seria uma experiência bastante enriquecedora.

Destas participações todas levo comigo muitas ideias para num futuro sempre que precisar relembrar-me o que correu bem e o que correu menos bem e porquê. São estes alguns exemplos: (1) na organização de equipas no interturmas, penso que seria facilitador tanto para os professores que organizam como para os alunos que se queiram inscrever utilizar um sistema de registo online com criação de base de dados automática. Hoje em dia quase tudo é informatizado e visto que a escola utiliza uma plataforma para quase tudo relacionado com a comunidade escolar, porque não utilizar

esta para inscrição nas atividades dinamizadas pelo GEF; (2) gostei muito da utilização das fitas como contagem das voltas para os alunos e levarei esta ideia comigo; (3) e ainda no corta-mato escolar havia grupos de faixas etárias onde apenas corriam 2 alunos. A minha sugestão seria aproveitar o sistema de fitas e juntar estes grupos com menos alunos a outro grupo de faixa etária diferente. Isto rentabiliza o tempo e os grupos de alunos mais pequenos possivelmente têm mais motivação para realizar o corta-mato.

3.4.3. Intervenção na escola

Infelizmente esta em conjunto com a intervenção na comunidade foram a minha maior lacuna durante o meu percurso de estágio. O núcleo de estágio não conseguiu realizar uma intervenção na comunidade escolar. A nossa má gestão do tempo e priorização de objetivos levou-nos a um caminho que quando demos por nós já era tarde.

Isto começou com o grande atraso da área 2 onde só no final do 2º período e principalmente no 3º período é que conseguimos desenvolver o projeto e por consequência a intervenção na escola ficou para trás. Quando tentámos criar alguma coisa já foi difícil e tarde porque este tipo de atividades requer tempo e aprovação para o PAA.

Esta era a nossa grande oportunidade de realizar uma ação de intervenção que envolvesse a nossa investigação, a comunidade escolar (incluindo as nossas turmas) e a comunidade social. A ideia passava por criar um conjunto de estações que envolvessem a atividade física, rastreios de saúde e sensibilização/divulgação do nosso projeto de investigação. Os convidados seriam toda a comunidade escolar, com foco nos miúdos do 1º ciclo e os respetivos pais.

O planeamento é importante para que todo o meu progresso seja planeado atempadamente criando prazos e compromissos para que não existam áreas por trabalhar ou com atrasos, comprometendo projetos que podem ser uma mais valia para a minha experiência e formação pessoal.

3.5. Área 4 – Relação com a comunidade

Na área de relação com a comunidade o objetivo é acompanhar a direção de turma (DT) em todas as tarefas possíveis e realizar uma intervenção na comunidade.

Como na área 3 primeiro irei realizar um contexto do acompanhamento da direção de turma e em seguida uma reflexão do meu processo.

3.5.1. Direção de Turma

Atividades propostas a desenvolver

De acordo com o que está estipulado no regulamento interno e com os objetivos do guia de estágio pedagógico, propôs-me a cumprir as seguintes tarefas, sempre que possível, juntamente com a diretora de turma:

Competências do diretor de turma

De forma a conhecer como funcionam todas as tarefas administrativas de um diretor de turma, numa fase inicial, procurei questionar, sempre que possível, de que forma e como é que são cumpridas as suas funções. Deste modo, troquei logo de início informações pessoais, como mail e número de telefone para que houvesse uma relação mais próxima entre nós.

Quis conhecer e saber executar tarefas burocráticas como: (1) a preparação das reuniões de conselho de turma; (2) verificação e entrega de notas de todos os professores. O trabalho de direção já é muito exaustivo, mas complica-se mais quando os professores de turma enviam este tipo de informações à última da hora e a diretora tinha muitas das vezes de recorrer aos seus fim-de-semanas para verificar se estava tudo correto; (3) a justificação de faltas dos alunos. No horário pré-acordado com a professora uma das minhas principais funções era verificar e justificar ou não as faltas dos alunos (sempre com a sua supervisão). As faltas mais complicadas eram as que os professores marcavam aos alunos por atrasos que por vezes eram situações pontuais e de alunos que não tinham histórico de ocorrências. Nestes casos tínhamos de verificar junto de ambos (professor e aluno) esta situação; (4); e como funcionam os planos individuais dos alunos com NEE. Aqui como os alunos já tinham os planos dos anos anteriores, só tínhamos de verificar na avaliação se existiam progressos ou não para que caso fosse necessário em reunião de conselho de turma fazerem-se as devidas alterações; (5) assistir e auxiliar a DT e seu secretário na elaboração das atas das reuniões realizadas. Tive a oportunidade de ajudar em algumas reuniões na construção das atas.

Relação da direção de turma com os alunos

Realizei inicialmente um estudo de turma, que começou com a recolha de dados que fossem relevantes para a realização da caracterização da turma. Para tal, elaborei um inquérito e analisei os planos individuais dos alunos. Para completar este estudo de turma elaborei um estudo sociométrico que pretendeu analisar as tendências sociais da turma face à escola, EF e às relações sociais propriamente ditas. Os resultados destes estudos estão presentes no início do documento na caracterização da turma. Aqui irei refletir sobre as influências que estes estudos tiveram para a minha formação pessoal e processo de estágio.

Relativamente à formação pessoal estes estudos ajudaram-me a perceber a importância de conhecer que alunos tenho à minha frente. Visto que não conhecia a turma era importante realizar estes estudos porque me dão uma referência que tipo de alunos tenho à minha frente.

No caso desta turma, a sua maioria praticava desporto fora do contexto escolar e gostava da disciplina. Esta informação foi logo importante para avaliar primeiro quais os alunos que praticavam atividade física e verificar quais deles é que poderia utilizar como agentes de ensino.

A ginástica e dança eram matérias que na sua maioria os alunos gostavam menos. Quando elaborei os planeamentos tive em consideração tornar estas aulas muito dinâmicas e com tarefas desafiantes para melhorar o clima motivacional em relação a estas matérias.

As relações interpessoais consegui perceber que ou irão ser bons ou maus grupos de trabalho. Formei então os grupos inicialmente com base nestes resultados, tendo o cuidado de não colocar todas as preferências no mesmo grupo, isto é, das três preferências de grupo de um aluno apenas juntava no máximo dois. Assim garantia inicialmente algum controlo sobre a dinâmica dos grupos.

A maioria da turma gostava mais de realizar trabalhos em grupo ao invés de individuais. Este também foi um critério importante para trabalhar a área dos conhecimentos porque poderia escolher realizar um trabalho individual ou de grupo, mas com base nestes resultados optei por trabalhos de grupo. No final revelou-se ter sido uma boa aposta porque os alunos aderiram bem a esta dinâmica.

Os estudos revelaram também que existiam alunos socialmente excluídos. Tentei integrá-los sempre que possível em grupos onde constavam alunos com peso

social positivo na turma. No final estes alunos conseguiram-se integrar na turma, uns mais do que outros.

Este tipo de estudos irei realizar sempre no futuro porque me ajudaram imenso na gestão organizacional e no clima relacional.

Relação da direção de turma com os outros professores da turma

O meu objetivo inicial era apresentar na segunda reunião intercalar, os resultados dos testes sociométricos, referindo claramente a relação dos alunos e possíveis problemas que possam existir. Mas não consegui cumprir com este objetivo porque não soube gerir as prioridades e o tempo e acabei por aplicar este teste apenas no final e apresentá-lo no segundo período. Dada a importância do estudo tanto para mim como para os outros professores, num futuro terei o cuidado de realizá-lo logo nas primeiras aulas porque este permite ter um conhecimento das relações sociais da turma e assim facilitar o ensino dos professores estabelecendo relações professor-aluno e aluno-aluno benéficas para a condução do mesmo.

Identifiquei possíveis dilemas existentes nas outras aulas através do diálogo com os professores da turma. Isto foi um dos pontos onde atuei de forma informal junto dos alunos, por exemplo antes e pós a minha aula, e em conversa perceber o porquê de algumas ocorrências das aulas dos outros professores e de igual maneira tentar em conjunto melhorar o clima ou ultrapassar o conflito existente.

Tentei sempre que possível estar em todas as reuniões de turma, mas infelizmente não foi possível em algumas ocasiões. No entanto, nas reuniões de avaliação estive sempre presente. Não consegui estabelecer um contacto informal como queria junto dos professores da turma.

Dado o volume de trabalho e a minha gestão de carga horária não ser a melhor, não me permitiu por exemplo ir mais vezes à sala de professores. Se assim o fizesse de certeza que teria conseguido pelo menos com alguns professores uma relação mais pessoal.

Relação da direção de turma com as famílias

Eu e a diretora de turma falávamos sempre em conjunto antes de qualquer reunião com os pais e acertávamos objetivos. Isto era muito importante porque durante as reuniões reparei que os motivos da reunião tendem em algumas vezes a saírem do tópico e depois se não registássemos previamente todas as questões que queríamos resolver corríamos o risco de nos esquecermos.

Em inúmeras vezes em que nós precisávamos de falar com os pais ou marcar uma reunião, nós utilizávamos a plataforma da escola para o fazer. Realmente este sistema é muito mais prático e facilita a comunicação de ambos. A diretora contava sempre comigo e pedia-me a opinião quando teria de responder ou convocar algum encarregado de educação.

Nas reuniões, ajudei sempre que possível e quando assim eu achasse mais pertinente a DT na argumentação com os encarregados de educação a possíveis problemáticas existentes junto dos alunos em questão. Foram poucas as vezes a necessidade de eu intervir pelos motivos que já referi anteriormente.

Balanço

Inicialmente não consegui dar o acompanhamento que gostava na direção de turma devido ao tempo despendido na construção dos planos, mas logo que consegui comecei a acompanhar a diretora de turma em todos os assuntos quer burocráticos (como justificação de faltas) quer reuniões com os pais. A primeira coisa que estabeleci com a professora foi marcação de dias periódicos em que me reunia com ela para trabalhar no que fosse preciso em relação à turma.

A intervenção na comunidade infelizmente teve a mesma ocorrência que a intervenção na escola. O esclarecimento e justificação desta são iguais à já explicita na intervenção na escola.

Rapidamente se percebe que o trabalho do diretor de turma não é fácil e é necessário muito tempo de dedicação e bastante paciência. O diretor de turma resolve os conflitos entre alunos, alunos com professores, alunos com pais e pais com professores. É uma ponte que liga este triângulo entre pais, professores e alunos. Não foi uma tarefa fácil tentar que ambos se concilhassem, mas no fim as coisas ficaram melhores. Também tive a oportunidade de presenciar uma reunião com um pai de um aluno sobre a prestação do mesmo na escola. Com esta reunião consegui melhor entender a postura deste aluno nas aulas.

4. Reflexão Final

O estágio pedagógico é um momento constituído por um conjunto de experiências únicas na vida de um estagiário e futuro professor. Fico feliz por ter tido a oportunidade de estagiar no local que estagiei, mas ainda mais grato pela oportunidade e sorte do núcleo em si, isto é, professora Débora e professor João e o meu colega de estágio Marco Alves. Graças a estas três pessoas tive uma das melhores experiências da minha vida.

Na área 1 o meu percurso penso que tenha sido o expectável. Inicialmente foquei muito no planeamento e tive dificuldades com a avaliação. Aos poucos que fui ganhando mais confiança e conhecendo os alunos comecei a ser mais eficaz na construção dos planeamentos, a saber como planear uma avaliação e para onde direccionar o meu olhar. Por fim quando estas duas estavam sobre um domínio considerável a minha atenção, foco e desenvolvimento foi para a condução do ensino.

Como já tinha bastante experiência de ensino, o clima relacional, instrução e o conhecimento pedagógico de conteúdo da maioria das matérias foram pontes fortes no meu estágio. Neste sentido consegui desde o início conquistar os alunos e assim garantir um bom clima de aula. Na instrução tinha um bom diálogo, era sucinto e explícito nas informações que passava aos alunos. Por fim, dada as matérias que já lecionava no treino fora do contexto escolar e a minha experiência como atleta tinha facilidade nas terminologias, metodologias e pedagogias necessárias para explicar e demonstrar os exercícios. A matéria de dança foi a única matéria que necessitei de maior investimento pessoal.

Embora este percurso, chego ao final do estágio e ainda identifico algumas lacunas em mim, mas é por causa deste que tenho as ferramentas para saber como ultrapassá-las. São estas algumas das lacunas:

(1) diferenciação tanto no planeamento como na condução. Apenas com a prática e vontade da minha parte em querer que cada aluno esteja em tempo potencial de aprendizagem é que o meu olhar (para identificação da tarefa desajustada) e adaptação pontual dos exercícios (adaptar a tarefa no momento ao aluno que não está a ter sucesso) irá melhorar o meu ensino;

(2) avaliação formativa. É muito importante ter um instrumento que nos permita a todo o instante nos dizer em que estado se encontra o aluno porque permite-me com maior facilidade diferenciar o ensino e agiliza o processo de avaliação

sumativa. Neste ano tive a oportunidade de testar vários instrumentos, mas irei continuar a trabalhar neste sentido;

(3) e conseguir autonomia de trabalho nos meus alunos. Uma das ótimas experiências que tive na semana do professor a tempo inteiro foi presenciar e lecionar uma turma de um dos professores mais experientes da escola. As autonomias das turmas desse professor eram de referência, conseguia conduzir uma aula quase só com feedback visual (gestos já conhecidos pelos alunos) e realizar trabalhos e exercícios sobre a forma de grupos onde os alunos motivados trabalhavam para atingir o objetivo. Sei que para isto acontecer vários fatores são importantes, nomeadamente o contexto da turma, mas acredito que se o clima relacional e a gestão da aula estiverem bem trabalhadas isto é possível de se atingir.

A área 2 foi uma área muito problemática porque para além de o núcleo de estágio se ter atrasado não cumprindo as metas propostas no tempo previsto, atrasou de igual forma a área 3 e 4 na intervenção da comunidade e escola.

Como a nossa prioridade inicial foi a área 1, a área 2 só começamos a trabalhá-la no 2º período. Deveríamos ter apostado logo de início nesta área por uma razão aparentemente simples, nenhum de nós estava à vontade com a investigação e como é uma lacuna presente em ambos deveríamos ter começado logo por aqui.

Embora esta problemática, o núcleo conseguiu desenvolver um bom projeto e apresentá-lo. Esta poderia ter sido com uma dimensão maior se atempadamente tivéssemos trabalhado nela.

Uma proposta para possíveis futuros estagiários é começarem a trabalhar nesta área, nem que seja a identificação do problema, teoria que a suporte e possíveis resoluções para o mesmo.

A área 3 e 4 destacam-se bastante pela positiva no contexto do desporto escolar e acompanhamento da direção de turma e ao mesmo tempo pela negativa na intervenção na escola e comunidade.

O desporto escolar como é uma vertente mais competitiva eu já estava habituada a lidar com ela, então para mim foi bastante motivante ver que resultados conseguia obter num contexto escolar. O meu balanço é positivo porque consegui que todas as atletas sobre a minha orientação conseguissem desenvolver novas capacidades e ultrapassassem barreiras iniciais. Mas para isto tive que investir mais tempo pessoal sem qualquer obrigatoriedade por parte do estágio ou da orientação.

A direção de turma também posso fazer um balanço positivo porque consegui assumir o compromisso horário desde o início até ao fim, isto é, todas as semanas reunia-me com a professora e consegui assim junto desta ter uma experiência bastante enriquecedora e positiva.

As intervenções na comunidade e na escola foram os aspetos mais negativos para mim do estágio. Negativos não no sentido de não gostar ou achar que não é benéfico para a minha formação, mas precisamente pelo contrário. Tenho a certeza que perdi uma enorme experiência que poderia ter levado como exemplo para a minha tanto pessoal como profissional. O núcleo no terceiro período ainda conseguiu delinear um plano que envolvia a ligação de todas as áreas de formação, mas por ter sido tão em cima do final e por causa dos testes exames, já não foi possível realizar. Esta foi uma grande consequência da bola de neve da área 2.

Por fim a minha maior conclusão/reflexão é que o estágio dá a oportunidade de vivenciar um mundo. Porque este não é apenas lecionar, é saber planejar, investigar, relacionar e intervir e quando trabalhadas em conjunto cria-se e vive-se uma experiência única.

5. Referências Bibliográficas

Alarcão, I. (2001). Professor-investigador. Que sentido? Que formação? *Revista Portuguesa de Formação de Professores*, 1, 15-24.

Araújo, F. (2007). A avaliação e a gestão curricular em educação física – um olhar integrado. *Boletim SPEF*, 32, 121-133.

Campos (Ed.) , *Formação Profissional de Professores no Ensino Superior* (pp. 21-31). Porto: Porto Editora.

Carvalho, L. (1994). Avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Boletim SPEF*, 10/11, 135-151.

Araújo, F.(2015). *A Avaliação formativa e o seu impacto na melhoria da aprendizagem*. Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa.

Carreiro da Costa, F., Quina, J., Diniz, J., & Piéron, M.(1996). Feedback Pedagogique: Analyse de l'information évoquée par l'élève lors de séances d'éducation physique. *Revue de l'éducation physique*, 36(2), 75-82.

Conselho Diretivo (2013). Regulamento interno 2013-2017. Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade. Disponível em http://www.anselmodeandrade.pt/cms/documentos/2015_16/2014_RI_CG_20.012016.pdf?Itemid=474

Decreto Lei nº 95/91 de 26 de fevereiro do Ministério da Educação (1991). Acedido a 10 dez. 2016. Disponível em http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/DL_95_1991.pdf

Decreto-Lei n.º 176/2014 de 12 de dezembro do Ministério da Educação e Ciência. Diário da República: I série, n.º 240 (2014).

Gomes, L., Martins, J., & Carreiro da Costa, F.(2017). Estilos de ensino em educação física. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação física escolar: Referenciais para um ensino de qualidade* (pp. 87-108). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.

Guia de Estágio 2016-2017 (2016). *Departamento de Educação e Ciências Sociais e Humanas*. Faculdade de Motricidade Humana: Universidade de Lisboa

Portugal (1998), Lei n.º 115-A/98 de 4 de Maio, Diário da República, 1.ª série — N.º 102 — 4 de Maio de 1998 – 1998.

Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., Carvalho, L. (2001). *Programa Nacional de Educação Física (reajustamento)*. Ministério da Educação: Lisboa.

Martins, J. (2015). *Educação Física e Estilos de Vida: Porque são os adolescentes fisicamente (in)ativos?* Tese de doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa.

Martins, J., Marques, A., Sarmiento, H., & Carreiro da Costa, F. (2015). Adolescents' perspectives on the barriers and facilitators of physical activity: A systematic review of qualitative studies. *Health Education Research*, 30(5), 742–755.

Martins, J., Marques, A., Rodrigues, A., Sarmiento, H., Onofre, M., & Carreiro da Costa, F. (2016). Exploring the perspectives of physically active and inactive adolescents: how does physical education influence their lifestyles? *Sport, Education & Society*, doi: 10.1080/13573322.2016.1229290

Martins, J., Gomes, L., & Carreiro da Costa, F.(2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação física escolar: Referenciais para um ensino de qualidade* (pp. 53-82). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.

Ministério da Educação (2013-2017). *Programa do Desporto Escolar 2013-2017*.

Morgan, P. & Hansen, V.(2007). Recommendations to improve primary school physical education: classroom teachers' perspective. *The Journal of Educational Research*, 101(2), 99-111.

NASPE. (2009), *Appropriate instructional practice guidelines for high school physical education* (3rd ed.). Reston, VA: National Association of Sport and Physical Education.

Neto, C.(1995). *Motricidade e Jogo na Infância*. Lisboa: Sprint Lda.

Onofre, M. (1995). Prioridades de formação didáctica em educação física. *Boletim SPEF*, 12, 75-97.

Onofre, M.(2003). Das características do conhecimento prático dos professores de educação física às práticas da sua formação inicial. *Boletim SPEF*, 26/27, 55-67

Onofre, M.(2018) A Qualidade do Ensino da Educação Física para o Envolvimento Ativo dos Alunos. In Feliciano H, Veiga (ccordenador). *O Ensino na Escola de Hoje. Teoria, Investigação e Aplicação*. Lisboa: Climepsi. (pp. 343-382).

Piéron, M.(1999). *Para uma enseñanza eficaz de las actividades físico-desportivas*. INDE-Publicaciones: Barcelona

Rosado, A. (2003). Conceitos básicos sobre planificação didáctica. In V. Ferreira (Ed.). *Pedagogia do desporto – Estudos 7* (pp. 27-47). Lisboa: Edições FMH.

World Health Organization (2010). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. G nebra: WHO.